T. LOBSANG RAMPA

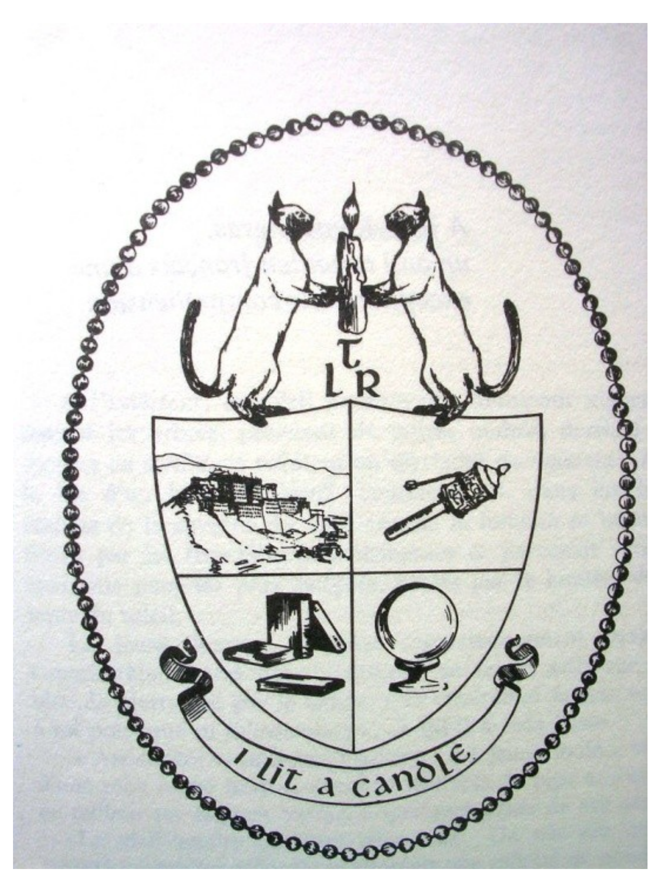
LE DICTIONNAIRE DE RAMPA

ou

LA SAGESSE DES ANCIENS

(Texte en édition intégrale, 24/08/2013)

Le Dictionnaire de Rampa (La Sagesse des Anciens) - (1965) le deuxième de deux livres d'entraînement autonome en métaphysique. Dans ce livre, Lobsang donne la signification de nombreux termes occultes dans un format compréhensible pour les occidentaux. Il ajoute un supplément sur la respiration, un sur les pierres précieuses, sur la nourriture et nous explique le danger des exercices irréfléchis.



Mieux vaut allumer une chandelle

que maudire l'obscurité.

À
Lady Ku'ei
qui m'a appris
beaucoup de mots
en langue de Chat Siamois
et qui m'a toujours encouragé !

TABLE DES MATIÈRES

NOTE DE LA TRADUCTRICE

'Le Dictionnaire de Rampa' vient compléter le livre intitulé **'Vous, pour toujours'** et, tout comme pour ce dernier, n'a malheureusement pas été traduit dans son intégralité ; loin de là ! De plus, comme ce second livre se veut un 'dictionnaire', j'avoue avoir été choquée de découvrir des 'résumés' des explications données pour chaque mot. Vous trouverez donc, dans cette retraduction complète, INTÉGRALE, du 'Dictionnaire de Rampa', non pas des phrases bien tournées, et encore moins des 'résumés', mais la traduction le plus près possible du 'mot' employé dans l'original anglais, par le Dr Rampa. Pour citer ce dernier dans son livre **'Vous, pour toujours'** en parlant de celui-ci — **'Le Dictionnaire de Rampa'** : 'Je considère ce second livre comme essentiel à une compréhension complète et plus profitable de celui-ci, le premier des deux'. Sur ce, je vous souhaite 'Bonne Découverte' !

CE QU'IL EN EST DE CE LIVRE

Tant de gens aiment les grands mots. Tant de gens embrouillent tout quand ils se lancent dans les Grands Mots.

J’aime les petits mots. C’est tellement plus facile de dire ce qu’on veut dire avec des petits mots. Après tout, si on lit un livre en anglais, ou en espagnol, on n’a normalement pas besoin de mots sanskrits, hindoustanis ou chinois. Toutefois, certaines personnes aiment les Grands Mots.

Ceci est une honnête tentative de vous donner un Dictionnaire de certains mots, et d’entrer ensuite dans les détails sur leurs significations. Dans certains cas, la signification pourrait bien constituer une monographie.

Une monographie ? MONOGRAPHIE ? Qu’est-ce qu’une monographie ? Eh bien, c’est un court essai sur un seul sujet.

Mais poursuivons avec notre petit Dictionnaire puisque c’est lui qui nous intéresse.

Et commençons par la lettre A, car je n’en ai pas trouvé qui la précédât ! Le premier mot est donc :

A

ABHINIVESHA : Ceci indique la possessivité limitée à l’amour de la vie sur Terre. Il s’agit d’un attachement aux choses de la vie et une peur de la mort à cause de la perte des biens que cela va entraîner. Les avares aiment leur argent et ils craignent la mort parce qu’elle va les séparer de leur argent. À ceux qui souffrent de ce mal, je dirai que personne n’est encore parvenu à rien emporter, ne fût-ce qu’un centime, dans la prochaine vie !

ABSTINENCES : Nous devons nous abstenir, nous retenir de faire certaines choses si nous voulons progresser sur la voie de la spiritualité. Nous devons nous retenir ou nous abstenir de nuire à autrui ; nous devons nous abstenir de dire des mensonges. Le vol — nous devons éviter le vol parce qu'il modifie l'équilibre matériel d'une autre personne si nous la volons. La sensualité ? C'est une forme impure de la sexualité, et alors que la sexualité pure peut élever une personne, la sensualité peut la ruiner spirituellement aussi bien que financièrement !

La cupidité est une chose dont nous ne devons pas nous rendre coupables. L'Homme se voit prêter de l'argent ou des talents afin de pouvoir venir en aide aux autres. Si nous sommes avides et refusons d'aider en cas de réel besoin, nous pouvons alors être certains que l'aide nous sera refusée quand nous serons dans le besoin à notre tour.

Si on peut observer les Cinq Abstinences — abstention de nuire aux autres, abstention de mensonge, abstention de vol, abstention de sensualité, et abstention d'avidité, on peut alors être en paix avec le monde, bien qu'il ne s'ensuive pas que le monde soit en paix avec nous.

ACHAMANA : C'est un rite pratiqué par ceux de la croyance hindoue. C'est un rite par lequel un croyant se purifie en pensant à des choses pures tout en prenant de petites gorgées d'eau qu'il asperge ensuite autour de lui. À certains égards, c'est semblable à l'aspersion d'eau bénite durant une cérémonie chrétienne.

L'Hindou, après avoir fait cela, peut alors se retirer dans un état paisible de méditation.

ACHARYA : Ce mot s'applique au maître spirituel ou, si vous préférez, au Gourou. Acharya suit fréquemment le nom de tel ou tel maître religieux révéré.

ADHARMA : Ceci indique le manque de vertu, le manque de rectitude. Le malheureux Adharma ne pratique probablement aucune des Cinq Abstinences.

AGAMA : Une Écriture Sainte ou, au Tibet, un Tantra. Ce peut être utilisé pour indiquer tout ouvrage qui donne une formation d'adoration mystique ou métaphysique.

AGAMI KARMA : C'est le terme exact pour Karma. Il exprime le fait que les actes physiques et mentaux exécutés par un individu dans son corps affectent ses incarnations futures. Dans la Bible Chrétienne, il existe une déclaration selon laquelle on récolte ce qu'on a semé, ce qui équivaut à dire que celui qui sème les graines de la méchanceté récoltera la méchanceté, mais que celui qui sème les graines du bien et de l'aide à autrui, celui-là sera 'mille fois' payé de retour. Tel est le Karma.

AHAMKARA : L'esprit est divisé en plusieurs parties. L'Ahamkara est une sorte de directeur de circulation qui reçoit les impressions sensorielles et les établit en forme de faits que nous connaissons et que nous pouvons évoquer à volonté.

AHIMSA : Ce fut la politique suivie par Gandhi, une politique de paix, de non-violence. C'est éviter de nuire

à toute autre créature en pensée, en acte ou en parole. C’est, en fait, une autre façon de dire : ‘Fais comme tu voudrais qu’il te soit fait’.

AI : Le mot le plus court que l’on connaisse pour exprimer un amour égal pour tous, sans discrimination de race, de croyance, de couleur ou de forme. Quand nous sommes capables de vraiment remplir les conditions qu’implique le sens du mot Ai, nous n’avons plus lieu de demeurer plus longtemps sur ce monde, parce que nous sommes trop purs pour rester ici plus longtemps.

AJAPA : C’est un Mantra spécial. L’Oriental croit que le souffle sort avec le son ‘AJ’ et qu’il est aspiré avec le son ‘SA’. Hansa est le son de la respiration humaine. ‘HA’ : l’expiration ; ‘N’ : simple conjonction ; ‘SA’ : l’inspiration. Nous émettons ce son subconscient quinze fois par minute, ou vingt et un mille six cents fois par vingt-quatre heures. Les animaux ont, eux aussi, leur rythme particulier. Le chat émet ce son vingt-quatre fois à la minute et la tortue, trois fois la minute.

Il y a des gens qui considèrent que l’Ajapa Mantra est aussi une sorte de prière inconsciente, ou plutôt, une prière sub-consciente, qui signifie : ‘Je suis Cela’.

AJNA, CHAKRA : C’est la sixième des sept figures généralement admises des centres de la conscience Yogique. En fait, ces centres sont au nombre de neuf, mais ce serait plonger trop profondément dans la tradition Tibétaine que de les expliquer ici.

Le Chakra Ajna, c’est le Lotus au niveau du sourcil, un Lotus, dans ce cas-ci, à deux pétales seulement. C’est une partie du mécanisme du sixième sens. Il mène à la

clairvoyance, à la vision interne et à la connaissance du monde au-delà de ce monde.

AKASHA : Pour beaucoup de personnes, l'Akasha, c'est l'éther, mais la définition plus exacte serait — ce qui remplit tout l'espace entre les mondes, les molécules, et toutes les choses. La matière à partir de laquelle tout le reste est formé.

Il convient de rappeler que cette matière est commune partout dans notre propre système planétaire, mais il ne s'ensuit pas du tout que les autres univers aient la même forme de matière. On peut dire que le corps humain est fait de cellules sanguines, de cellules de chair et, pourtant, dans une partie différente, de cellules osseuses.

AKASHIQUE : Ceci est habituellement utilisé pour désigner les Archives Akashiques.

Il est difficile d'expliquer à un monde tridimensionnel ce qui se produit dans un monde plus multidimensionnel, mais voici comment on peut considérer la chose :

Imaginez que vous êtes un caméraman qui a toujours existé et existera toujours, et que vous avez une provision illimitée de films (et quelqu'un qui les développe pour vous !). Depuis le commencement des temps, vous avez photographié tout ce qui s'est passé partout, tout ce qui est arrivé à tous et à chacun, en tous temps et en tout lieu. Vous continuez toujours à photographier les événements du temps présent. Cela représente les Archives Akashiques ; tout ce qui a eu lieu est imprimé sur l'éther, comme les impulsions lumineuses sont enregistrées sur le film

cinématographique, ou comme un enregistrement vocal peut être enregistré sur une bande magnétique.

En plus de ceci, à cause du monde multidimensionnel dans lequel il est enregistré, les très fortes probabilités qui affectent chacun sur Terre et hors de la Terre peuvent aussi être enregistrées. Imaginez, par exemple, que vous êtes dans une ville. Vous êtes dans la rue, une voiture vient vers vous, vous dépasse, et disparaît à votre vue ; vous ignorez ce qui va lui arriver. Mais supposons, à la place, que vous êtes en l'air dans un ballon et que vous êtes en mesure de regarder en bas et voir ainsi la route sur des kilomètres de long. Vous pourrez voir la voiture foncer, et vous pourrez voir peut-être un obstacle sur la route que la voiture ne pourra éviter. Ainsi vous verrez le malheur qui va arriver à ce conducteur avant que lui-même n'en soit conscient. On peut aussi prendre l'exemple d'un horaire : les horaires sont publiés indiquant les probabilités qu'un train ou un bus, un bateau ou un avion, partira à une certaine heure d'un certain endroit, et selon l'horaire, qui est simplement un rapport de probabilités, arrivera à un certain endroit à une certaine heure. Dans presque tous les cas, l'horaire est respecté.

En ce qui concerne les Archives Akashiques, il convient de souligner que si vous pouviez vous rendre instantanément sur une planète très éloignée et que vous ayez un instrument très spécial, la lumière qui vous arriverait de la Terre (la lumière a une vitesse, rappelez-vous) pourrait vous montrer ce qui se passait sur Terre il y a cent, mille, ou dix mille ans. Avec votre

instrument spécial vous seriez capable de voir la Terre telle qu’elle était il y a mille ans.

Le Document Akashique va au-delà de cela parce qu’il montre les fortes probabilités de ce qui va se passer. Les probabilités concernant une nation sont beaucoup plus fortes, sont beaucoup plus certaines, que celles qui concernent les individus, et ceux qui sont spécialement formés peuvent entrer dans l’état astral et peuvent consulter le Document Akashique pour voir ce qui s’est passé, ce qui se passe actuellement dans n’importe quelle partie du monde, et ce que sont les extrêmement fortes probabilités pour l’avenir. C’est quelque chose, en fait, comme de se rendre dans une salle de cinéma d’actualités et d’assister à un film. Si vous savez d’après le programme quel film est en cours de projection à un certain moment, vous pouvez entrer et ne visionner que cela.

ÂME : Un mot très mal compris. C’est notre Égo, notre Sur-Moi, notre marionnettiste, le ‘Moi’ réel. Cet esprit qui utilise notre corps de chair dans le but d’apprendre sur Terre les choses qui ne peuvent pas être apprises dans le monde de l’esprit.

AMOUR : Comme le sexe, c’est un mot très mal compris. Sexe et amour, amour et sexe, on les confond, on les mélange. Ils sont malmenés et mal interprétés par les gens d’aujourd’hui.

L’amour, en fait, c’est l’harmonie entre deux personnes, ou entre deux créatures de toutes espèces. Cela ne signifie pas qu’elles soient sexuellement intéressées ; cela signifie que chacune vibre sur une

fréquence qui est totalement compatible avec la fréquence de la personne aimée.

L'amour est désintéressé. Une personne fera par amour des choses qu'elle ne ferait pour aucune somme d'argent.

C'est, bien sûr, terriblement peu romantique, mais si les gens vibrent sur la mauvaise fréquence, cela provoque de l'aversion, de l'appréhension, ou même une véritable peur physique. Mais si une personne pouvait vibrer de quelques oscillations de plus par seconde, ou plutôt, si une personne pouvait agiter ses molécules pour aller un peu plus vite, elle verrait disparaître le désaccord et l'harmonie prendre place — l'amour prendre place.

ANAHATA, CHAKRA : Le symbole de ce Chakra est La Roue ou Le Lotus. Dans la symbolique orientale, il s'agit d'une Roue stylisée qui est aussi un Lotus stylisé. Au Tibet c'est seulement le Lotus.

C'est un Chakra au niveau du coeur. Il a douze pétales d'une couleur dorée. Quand on peut voir l'aura on peut observer que parfois le doré est teinté de rouge, d'autres fois il sera rayé ou moucheté d'un bleu foncé montrant les différentes humeurs, et les différentes étapes d'évolution de la personne.

En dessous de ce centre de Anahata se trouve une autre manifestation du Lotus, l'une avec un arrangement de huit pétales qui remuent et ondulent légèrement lorsqu'on se trouve en état de méditation, qui remuent et ondulent comme l'anémone de mer que l'on peut voir dans un aquarium.

Quand on peut voir l’aura, on peut voir les rayons de lumière qui la font ressembler à un Lotus en Fleur ou à une Roue, selon qu’on a l’imagination tournée vers la mécanique ou l’horticulture.

Le Chakra Anahata est le quatrième des sept centres de conscience Yogique communément admis. En réalité, ainsi que nous l’avons dit précédemment, il y en a plus de sept.

ANAHATA SHABDA : C’est un son qui, en réalité, n’est pas un son perçu. C’est plutôt une impression de son qui est souvent entendu au cours d’une méditation quand on a atteint un certain stade. Le son, bien sûr, est celui du Mantra Om.

ANANDA : Joie pure. Joie et plaisir sans mélange de concepts matériels. Ananda indique la félicité et le bonheur que l’on éprouve quand on peut sortir de son corps consciemment et avoir connaissance du ravissement absolu d’être libéré, même pour peu de temps, de la gaine d’argile froide et désolée qu’est le corps humain sur Terre.

ANATMA : Ou, pour lui donner un autre nom, ‘Ceci est le Monde de l’Illusion’. Sur ce monde, cette Terre, nous pensons que seules les choses matérielles comptent. Les gens fouillent dans la boue pour de l’argent, et en accumulent des masses (certains d’entre eux !). Personne n’a jamais pu emporter un seul centime dans la prochaine vie, mais les gens continuent de courir après les choses matérielles que nous laissons quand nous quittons ce monde.

ANGAS : Une indication de choses auxquelles on doit obéir afin de progresser dans le Yoga spirituel plutôt que le Yoga physique. On doit progresser et observer correctement la méditation, le contrôle de la respiration, la méditation avancée et la contemplation. On doit aussi se souvenir particulièrement de la Règle d'Or qui dit : 'Fais comme tu voudrais qu'il te soit fait'.

ANNAMAYAKOSHA : Ce grand mot signifie seulement l'enveloppe physique ou le corps qui enferme l'esprit. Lorsqu'on revient d'un voyage conscient dans l'astral et que l'on réintègre son corps, on ne se sert même pas de ce mot pour exprimer la sensation déplaisante de froid et de gluant que l'on éprouve en s'insérant de nouveau dans son corps physique ; on utilise un mot bien pire. Mais — Annamayakosha est le mot technique.

ANTAHKARANA : La philosophie Orientale, philosophie Védanta, utilise ce mot lorsqu'il se rapporte à l'esprit dans son rôle de contrôle d'un corps physique.

APANA : Certains mots du lointain Extrême-Orient sont remarquablement explicites dans leurs significations. Le Sanscrit n'est pas limité par les conventions de nombreuses langues Occidentales. Nous ne pouvons pas toujours utiliser précisément les mêmes significations, aussi nous attribuerons simplement à Apana le sens de tout ce qui a rapport avec l'excrétion, les différents orifices, les processus, etc.

Dans l'aura, de façon assez appropriée, Apana apparaît d'une couleur rouge foncé, ou brun rougeâtre, qui tourbillonne et se tord pour se répandre ensuite comme un bassin renflé.

APARIGRAHA : C'est la cinquième des Abstinences. Elle indique qu'en toutes choses il faut prendre la Voie du Milieu, n'être ni trop bon ni trop mauvais, éviter les extrêmes et être équilibré.

ARHAT : C'est celui qui est parvenu à une compréhension parfaite de ce qui est au-delà de la vie. Arhat indique qu'il s'est débarrassé de l'idée que :

1. Le corps est important.
2. L'incertitude sur la Voie correcte à suivre.
3. Dépendance à l'égard des règles rigides.
4. Les attirances provenant d'une mémoire imparfaite d'une vie passée.
5. Les aversions provenant d'une mémoire imparfaite d'une vie passée.

ASANA : C'est une posture, une position assise, adoptée lorsqu'on se prépare à méditer.

Les Grands Maîtres n'ont jamais établi de règles fixes sur la façon dont on devrait s'asseoir ; ils ont simplement déclaré que l'on devait être confortable et à l'aise, mais depuis ce temps-là diverses personnes qui n'ont rien de Grands Maîtres ont essayé de faire sensation, essayé d'augmenter leur propre statut auto-promotionné en ordonnant à leurs étudiants Yogiques de se livrer à toutes sortes de contorsions ridicules et fantastiques.

La seule chose que vous avez à faire pour méditer est de vous asseoir confortablement, et vous êtes alors certainement dans la bonne position. Cela n'a aucune importance que vous soyez assis les jambes croisées,

étendues ou pendantes, pourvu que vous soyez à l’aise, c’est tout ce qui est nécessaire dans la posture.

ASAT : Toutes ces choses qui sont irréelles ou illusoires. Ce monde est le Monde de l’Illusion, le monde de l’irréalité. Le Monde de l’Esprit est le monde réel.

Le contraire de Asat est Sat, c’est-à-dire ces choses qui sont réelles.

ASHRAMA : L’endroit où vivent le Maître et ses élèves. On emploie souvent ce mot pour désigner un ermitage, mais il sert aussi à indiquer les quatre principales étapes dans lesquelles la vie sur Terre est divisée. Ces étapes sont :

1. L’étudiant célibataire.
2. Une personne mariée qui donc n’est pas célibataire. La personne n’est pas nécessairement un étudiant.
3. Retraite et contemplation.
4. La vie monastique, et monastique, il serait peut-être bon de le rappeler, indique une vie solitaire.

ASMITA : La vanité, l’égoïsme, l’orgueil gonflé de l’humain non évolué. À mesure qu’une personne évolue, Asmita disparaît.

ASTEYA : Un nom pour la troisième des Abstinences. La troisième des Abstinences nous exhorte à ne pas voler, et quand on est prévenu de ne pas voler, cela signifie que l’on ne doit pas voler en pensée ni en action, ni non plus convoiter la propriété d’une autre personne.

ASTRAL : C’est le terme qui est généralement utilisé pour indiquer l’endroit ou la condition que l’on atteint quand on est hors de son corps. C’est un endroit où l’on peut rencontrer les amis qui se sont éteints après avoir quitté leur corps dans ce qu’on appelle la mort, et qui attendent de faire des plans afin de pouvoir se réincarner.

Le monde astral peut être considéré comme correspondant à peu près au Paradis Chrétien, un lieu intermédiaire, un lieu de rencontre, mais pas l’ultime Paradis.

L’ASTRAL, VOYAGE DANS : Quand une personne s’étend pour se reposer, le mécanisme physique du corps se tranquillise. Les fonctions physiques ralentissent, mais la forme astrale, ou l’Âme, ou l’Égo, ou l’Atman, ne se repose pas dans le corps, mais quitte le corps pour le plan astral.

On peut faire la comparaison suivante : au moment de se mettre au lit, on ôte ses vêtements, on les met de côté. De la même façon, le corps astral met de côté le corps de chair comme nous le faisons d’un vêtement.

Il est à noter qu’il existe différents plans, ou niveaux, dans le monde astral. On peut faire le voyage astral et voyager de son pays d’origine ou son pays de résidence vers différentes parties du monde physique ; on peut aller de l’Angleterre à l’Australie, ou d’Australie en Chine, ou n’importe où ailleurs. Cela dépend de ce que l’on a à faire, comment on utilise son temps astral.

Une personne qui est très évoluée et en est peut-être à sa dernière vie sur Terre est très occupée dans

l'astral, et plus la personne est évoluée, plus loin elle voyage dans l'astral.

Le voyage astral est facile pourvu que l'on pratique. Cela demande seulement de la pratique, ou peut-être devrait-on dire, de la pratique et de la patience. Tous les animaux peuvent le faire, comme tous les animaux sont capables de clairvoyance et de télépathie.

Il convient également de mentionner ici que le Paradis du monde astral peut, dans certains cas, être le purgatoire pour ceux qui se sont mal conduits sur la Terre ! Les gens se rencontrent dans l'astral et planifient ce qu'ils vont faire dans le physique. Malheureusement, beaucoup de gens oublient leurs merveilleuses intentions et ne font que ce qui leur plaît.

Il est recommandé de pratiquer le voyage astral parce que c'est la sensation la plus prodigieusement merveilleuse que l'on puisse imaginer que de s'élever au bout de sa Corde d'Argent, et d'avoir les villes de la Terre sous son regard, et même peut-être de s'élancer dans l'espace et voir d'autres mondes. Ou si l'on déserte complètement le monde physique, on peut aller dans les mondes métaphysiques, et voir et parler avec des amis qui y sont déjà.

ATMA : Certains l'appellent Atman. La philosophie védantique considère l'Atma ou Atman comme l'esprit primordial, le Sur-Moi, l'Égo, ou l'Âme.

AU-DELÀ : Ceci se réfère au Grand Au-delà. C'est cet état de l'existence au-delà du physique dans lequel nous nous trouvons, c'est la référence à la vie au-delà de la Vallée de la Mort.

À travers les âges, et partout dans le monde, les gens ont spéculé sur la nature de ‘L’Au-delà’. Il est regrettable que les soi-disant savants veuillent tout peser, tout tester, et tout prouver, parce que cela limite leur capacité à percevoir ce qui est évident. Quand une personne est prête à recevoir la vérité, la vérité vient alors à elle, et elle connaît la vérité de cette vérité qui ne demande aucune preuve, tandis que ce qui n’est pas ne peut pas être prouvé.

AURA : Tout comme un aimant possède des lignes de force, le corps aussi en possède, mais ces lignes de force sont de différentes couleurs, couvrant une plus large gamme de couleurs que la vue humaine ne pourrait jamais voir sans l’aide des aptitudes de clairvoyance.

Les couleurs auriques se déploient à partir des centres les plus importants du corps, et s’unissent pour former une masse tourbillonnante en forme d’oeuf dont le gros bout se trouve au sommet.

Une bonne aura peut s’étendre jusqu’à peut-être un mètre quatre-vingts (6 pieds) de son possesseur.

En observant les couleurs de l’aura un clairvoyant expérimenté est en mesure de détecter une maladie à ses débuts. Plus tard il y aura des instruments pour voir l’aura en couleur (de sorte que le non-clairvoyant aussi puisse la voir) et en appliquant un signal hétérodyne approprié, les nuances défectueuses de l’aura seront guéries.

L’aura ne doit pas être confondue avec l’éthérique, que nous verrons à la lettre E.

AVASTHAS : Un mot descriptif des trois états de conscience qui sont :

1. L'état de veille, au cours duquel on se trouve dans le corps, plus ou moins conscient des choses qui se passent autour de soi.
2. Le monde du rêve, dans lequel les fantaisies de l'esprit deviennent entremêlées avec les réalités vécues au cours d'un voyage astral, même partiel.
3. Le sommeil profond du corps, pendant lequel on ne rêve pas, mais où l'on est capable de voyager dans l'astral.

AVATAR ou AVATARA : C'est une personne très rare de nos jours. Il s'agit d'une personne qui n'a pas de Karma, une personne qui n'est pas nécessairement humaine, mais qui adopte la forme humaine pour venir en aide aux humains. On a observé que l'Avatar (mâle), ou Avatara (femelle), est toujours plus grand que l'humain.

Dans la Bible Chrétienne, on parle d'anges descendus jusqu'au plus profond des enfers de la Terre pour porter assistance à l'humanité souffrante.

Les Avatars apparaissent lorsque le monde est en danger, ou lorsque l'humanité en tant qu'espèce est en danger. Vous pouvez ne pas reconnaître les Avatars parce qu'ils subissent souvent de grandes souffrances. Ils sont purs, et à moins d'endosser certaines souffrances, ils ne peuvent rester sur Terre. Vous pouvez les comparer à un plongeur sous-marin qui doit

se charger de plomb pour être capable de s'enfoncer dans les profondeurs de la mer sombre et mystérieuse.

À moins d'être vous-même très pur, vous ne reconnaîtrez pas les Avatars, parce que l'Avatar ne fait pas la publicité de son état à la radio ou à la télévision. Il ne vient pas vous dire non plus que si vous achetez tous les mois tel ou tel magazine, vous serez sûrs d'entrer dans les plus hautes sphères du Royaume des Cieux !

AVESHA : Cette condition intéressante signifie entrer dans le corps d'un autre. De temps en temps un Avatar aura besoin de prendre possession du corps d'un autre afin d'accomplir une tâche spéciale, mais une telle possession ne peut avoir lieu qu'avec le consentement du premier occupant du corps. Après environ sept ans, jamais plus, l'Avatar a tout changé dans le corps, chaque cellule, chaque molécule, et ainsi le corps devient véritablement le sien.

Deux points d'intérêt — certaines personnes demandent : ‘Eh bien, comment une molécule peut-elle changer de place ?’ La réponse est, bien sûr, que même dans l'humble procédé de la galvanoplastie, les molécules sont envoyées d'une électrode à une autre électrode d'un bain de placage. Ainsi, même un métal de base peut se voir enrobé d'or pur.

Le second point — souvent un Avatar prendra possession d'un corps déjà adulte. C'est parce que l'Avatar ne doit pas perdre de temps à naître et passer par toutes les pénibles étapes de l'enfance.

AVIDYA : C'est une forme d'ignorance. C'est l'erreur qui consiste à considérer la vie sur Terre comme la

seule forme de vie qui compte. La vie sur Terre est simplement la vie dans une salle de classe ; la vie au-delà est celle qui compte.

Sur d'autres planètes, dans d'autres univers, il existe des entités dont certaines ne sont pas aussi intelligentes que les humains, et d'autres incroyablement plus intelligentes que les humains. Elles peuvent ne pas suivre le modèle humain pour la forme du corps, mais n'en sont pas moins des Êtres doués de sensations.

B

BHAGAVAD GITA : Ceci est un des grands Textes Sacrés de l'Inde dans lequel un Maître réellement éclairé enseigne ce qui ne doit pas être modifié. Les dix-huit chapitres de ce livre traitent chacun d'un aspect de la vie humaine et montrent comment, en utilisant à la fois les capacités physiques, émotionnelles, mentales, éthiques et spirituelles de son Égo, on peut parvenir à l'harmonie véritable du corps et de l'esprit.

Ce livre enseigne que l'Homme n'avance sur la voie de la Divinité que grâce à la véritable harmonie, et obtient ainsi la libération de la roue de la naissance, la croissance, la mort et la renaissance.

Le sens réel des mots est — Bhaga, le Soleil. Vad signifie Divin. Gita signifie le Chant.

BHAGAVAN : Un terme indicatif du Dieu personnel de quelqu'un. Le Dieu que nous adorons quel que soit le

nom que nous lui donnons. Dans différentes parties du monde, des noms différents sont employés pour le même Dieu.

C’est le Dieu aux six attributs, qui sont :

1. Pouvoir et domination.
2. Puissance.
3. Gloire.
4. Splendeur.
5. Sagesse.
6. Renonciation.

BHAJAN : Une forme d’adoration de son Dieu par le chant. Bhajan ne se réfère pas tant à la prière parlée, mais plus spécifiquement au chant. On peut chanter des prières, et ce serait cela Bhajan.

Un exemple pris dans la religion chrétienne est le chant des Psaumes.

BHAKTA : Celui qui adore Dieu, un disciple de Dieu. Encore une fois, il faut souligner que ce peut être n’importe quel Dieu. Le terme ne s’applique pas à telle croyance ou conviction particulière. C’est un terme générique.

BHAKTI : Un acte de dévotion à son Dieu. L’acte de s’identifier comme l’enfant de Dieu, comme un sujet de Dieu, et d’admettre que l’on est soumis et obéissant à Dieu.

BHAVA : C’est être, sentir, exister, s’émouvoir. Chez les êtres humains il y a trois étapes de Bhavas :

1. Le pashu-bhava est le groupe le plus bas. Il concerne les gens qui ne vivent que pour eux-mêmes et pour leurs plaisirs égoïstes. Ils pensent mal et agissent mal envers autrui. Ils n'ont aucun intérêt sauf pour leur propre avantage social ou financier, et n'aident jamais personne de quelque façon que ce soit. Ce sont les gens au stade le plus bas de l'évolution.

2. Le vira-bhava est le groupe du milieu. Ceux qui en font partie ont de l'ambition et désirent progresser. Ils sont forts et ont souvent beaucoup d'énergie. Malheureusement, ils sont égoïstes et dominateurs quand ils pensent que quelqu'un pourrait obtenir plus qu'eux. Ils veulent être du type 'Bonnes Âmes', non pas pour le plaisir d'aider les autres, mais pour être tenus pour de grandes et saintes personnes toujours prêtes à secourir ceux dans le besoin. En fait, c'est un très mauvais calcul que d'avoir quoi que ce soit à faire avec des bonnes âmes, parce que ce sont des personnes égoïstes, égocentriques, qui ont un long, long chemin à parcourir.

3. Ce groupe, le divya-bhava, est d'une bien meilleure catégorie, avec des gens en accord qui sont prévenants, altruistes, et vraiment intéressés à aider les autres généreusement. Ils se donnent beaucoup de mal pour aider ceux qui demandent de l'aide et ne le font pas pour un gain personnel.

Fort malheureusement, ce groupe est des plus minoritaires en ce moment.

BODHA : Cette connaissance qui peut être transmise à l'autre personne à qui l'on enseigne. On la nomme aussi sagesse ou compréhension.

On peut instruire quelqu'un avec l'aide d'un livre et une certaine quantité de savoir sera absorbée à la façon d'un perroquet, mais la véritable connaissance vient en 'déteignant' du professeur sur l'élève. C'est la connaissance acquise en copiant le professeur.

BODHI : Un mot bouddhique qui indique que l'on a une claire appréciation de la nature de ce qui est au-delà de cette vie. C'est la connaissance parfaite, c'est la compréhension parfaite de ce que nous, dans la chair, sommes de simples produits de l'imagination de l'Égo, formés dans le but d'acquérir de l'expérience.

BOUDDHA : Ce n'est pas un Dieu, c'est une personne qui a complété avec succès les vies d'un cycle d'existence, et par son succès à surmonter le Karma est maintenant prête à passer à un autre plan d'existence.

Un Bouddha est une personne qui est libre des liens de la chair. Celui qui est souvent dénommé 'Le Bouddha' était en fait Siddhartha Gautama. C'était un Prince qui vivait en Inde il y a quelque deux mille cinq cents ans ; il avait renoncé à toutes les possessions matérielles afin de trouver l'illumination. Il trouva le Nirvana, qui ne signifie pas, comme il est habituellement traduit, le néant. Nous traiterons du Nirvana à la lettre N.

Chacun de nous doit s'efforcer de parvenir à la Bouddhéité qui est un état d'être, un état exalté de l'être. Ce n'est pas un Dieu.

Les Occidentaux sont souvent déconcertés par l’expression ‘Les Mille Bouddhas’. Ils pensent qu’il y a au moins mille Dieux, ce qui, évidemment, est trop fantastique pour ne pas être ridicule !

La Bouddhéité est un état d’être. On peut parvenir à la Bouddhéité, quelle que soit notre condition dans la vie. Le Prince et le collecteur d’ordures peuvent être également purs et saints. Ici-bas sur cette Terre nous sommes comme des acteurs sur une scène et nous endossons la ‘robe’ ou le statut qui nous sera du plus grand secours pour apprendre ce que nous avons à apprendre. ‘Les Mille Bouddhas’, donc, est simplement une indication que l’on peut atteindre la Bouddhéité de mille et une façons différentes.

Pourquoi mille ? Eh bien, pensez au petit garçon qui dit : ‘Mon père ? Ah ! Il en a des millions !’ Le millier, ainsi, n’est qu’une simple figure de rhétorique. Bouddha est un symbole et non l’image taillée d’un Dieu. Les statues du Bouddha ne sont que des rappels de ce que nous pouvons être si nous le voulons, et si nous y travaillons.

BOUDDHI : Un mot signifiant la sagesse, et nous devons toujours garder présent à l’esprit la notion que la sagesse et la connaissance sont deux choses tout à fait différentes. La sagesse vient avec l’expérience ; la connaissance peut être obtenue sans la sagesse pour appliquer cette connaissance que nous avons acquise. Nous devons atteindre Bouddhi, qui est la sagesse, avant de pouvoir passer à la Bouddhéité, qui est la sagesse et la connaissance.

BOUDDHISME : Les gens se réfèrent fréquemment au Bouddhisme comme à une religion. En fait, il serait beaucoup plus exact de dire que c'est un Mode de Vie, un code de vie, une manière de passer notre temps sur Terre de façon à ne blesser personne et à faire avancer notre propre progrès spirituel aussi rapidement que possible avec un minimum d'effort.

Voici différentes choses que l'on doit faire et différentes choses que l'on ne doit pas faire. Les Bouddhistes s'y réfèrent en tant que Les Quatre Nobles Vérités :

1. Il y a la souffrance et il y a une cause à cette souffrance. La souffrance peut être surmontée et alors il y a un chemin vers la paix.
2. Nirvana. La pensée et la matière sont dans un état de changement constant. La pensée amène l'esprit à s'enliser, comme s'il était coincé dans l'argile. Retirons la pensée et alors on atteint le Nirvana et on se libère ainsi de la souffrance et du cycle de la renaissance continuelle : vivre, mourir et renaître.
3. L'Octuple Voie, qui signifie :
    - Vues correctes.
    - Aspirations correctes.
    - Paroles correctes.
    - Conduite correcte.
    - Méthodes de subsistance correctes.
    - Effort correct.
    - Pensées correctes.
    - Contemplation correcte.

Comme dans la plupart des religions, ou modes de vie, il existe différentes branches. Tout comme la Religion Chrétienne a une horde de branches différentes — des Frères de Plymouth à la Foi Catholique Romaine — l'école Bouddhiste est divisée en deux branches : L'Hinayana, ce qui signifie la Voie Étroite, et la Mahayana, ce qui signifie la Grande Voie. La première est plutôt austère, avec des vues étroites ; elle se rapporte à la réalisation de la sainteté personnelle par l'isolement et l'ascétisme. C'est en effet un mode de vie rigoureux.

La seconde, Mahayana, préfère suivre les préceptes de Gautama Bouddha en tant qu'incarnation divine.

On pourrait dire que l'une demande qu'une personne progresse par ses propres efforts, tandis que l'autre dit que vous ne pouvez travailler et progresser qu'en suivant précisément et sans en dévier, l'exemple d'un autre.

BRAHMA : Un Dieu hindou fréquemment représenté avec quatre bras et quatre visages et tenant divers symboles religieux. Mais il existe un autre Brahma. Brahma — il s'agit d'un état. Il indique que tout est à un stade où le changement est accompli par la pensée de tous les esprits incarnés, esprits qui façonnent le présent et le futur, et il signifie 's'étendre', tout comme l'expérience de toutes les créatures vivantes s'étend continuellement.

BRAHMACHARI : Celui qui a prononcé les premiers voeux monastiques. Ou cela peut aussi être une personne spirituelle qui est consacrée à l'observance et aux pratiques d'une forme de religion, mais qui n'a

encore prononcé aucuns voeux monastiques particuliers.

BRAHMACHARYA : C’est la quatrième des Abstinences. Les choses enjointes à quelqu’un par ceci sont la pureté de pensée, la pureté en paroles et en actes, une initiation au cours de laquelle sont prononcés des voeux, une étape de célibat afin de pouvoir acquérir l’expérience nécessaire du voyage astral. Il faut noter que la dernière étape a quatre phases distinctes ; la première est celle dans laquelle un individu est dirigé par un Maître.

BRAHMALOKA : C’est ce plan d’existence où vont ceux qui ont réussi dans la vie sur Terre afin d’être en mesure de communier avec les autres dans le plan d’existence suivant. C’est une étape où l’on vit dans la communication divine, tout en réfléchissant et se préparant pour de nouvelles expériences.

C’est, en fait, une étape où l’on consulte les Archives Akashiques dans la Salle des Souvenirs pour y voir ce qu’on a accompli pendant sa dernière vie sur Terre, et ce qui a été laissé inachevé.

C’est ici que l’on est en mesure de discuter avec ceux de grande expérience, de sorte que l’on peut planifier sa prochaine incarnation pour remédier aux défauts de la précédente et faire un pas de plus pour surmonter son Karma.

BRAHMA-SUTRAS : Tous ces mots viennent de l’Inde et les Brahma-Sutras sont des aphorismes très célèbres qui énoncent les principaux Enseignements des Upanishads. Nous traiterons des Upanishads ultérieurement, sous la lettre U et sous la lettre V.

C'est un triste fait que chaque traducteur et commentateur, en particulier dans le monde Occidental, injecte ses propres opinions et commentaires dans ses traductions ; les gens ne se contentent pas de simplement traduire. C'est ainsi que dans les Brahma-Sutras une traduction peut ne pas être en accord avec une autre, et à moins que l'on puisse voir l'original au moyen des Archives Akashiques, on peut malheureusement être induit en erreur.

C

CAUSAL, CORPS : Pour ceux qui aiment les grands mots, c'est aussi l'Anandamaya-kosha ou, si vous le préférez dans une autre langue encore plutôt qu'en langage simple et clair, vous pouvez le nommer le Karana Sharira.

Le corps causal est le premier des divers corps dont nous sommes encombrés. Imaginez-nous comme une série de boîtes, l'une dans l'autre, comme quoi que ce soit qui s'emboîte l'un dans l'autre ; ce pourrait être une collection de ces petites tables à café, de ces boîtes ou de ces séries de tiroirs, tout ce qui a un petit objet, puis un plus grand à l'extérieur et un plus grand encore à l'extérieur de celui-ci et ainsi de suite. C'est ainsi que nos différents corps sont disposés.

Le corps causal est le plus interne de tous et c'est celui qui commence le processus par lequel nous acquérons de l'expérience dans la chair. Celui-ci, le corps causal, est le corps de l'incarnation et c'est lui qui est cause de toutes les vicissitudes familières associées

à la chair — convoitises de toutes sortes, nombreux désirs passionnants, horrible cupidité et le défaut le plus commun de tous, l'égoïsme.

Nous devons mener notre vie de telle sorte que nous n'ayons pas besoin de corps causal, car, si nous pouvons nous en passer, nous n'aurons pas à revenir sur cette Terre, et nous ne serons pas envoyés non plus dans d'autres mondes matériels et déplaisants.

CHAITANYA : L'état où la conscience spirituelle vient juste de s'éveiller, où la personne est alerte et prête à progresser, prenant les premières mesures pour laisser le corps causal derrière elle.

Atteindre le Chaitanya signifie travailler durement, étudier durement, s'adonner à une constante méditation et contemplation. Lorsque les conditions sont adéquates, les six Chakras sont stimulés et viennent à la conscience, donnant à la personne une prise de conscience de sa destinée, lui donnant une compréhension de ce qui doit être avant de pouvoir progresser rapidement.

CHAKRAS : Nous devons nous concentrer sur les six Chakras. Le long de notre colonne vertébrale, semblables à des roues qui y seraient enfilées tout au long, se trouvent les six principaux Chakras ou centres de la conscience psychique. Il y a différents centres qui gardent notre corps causal en contact avec nos corps supérieurs, en contact avec nos centres supérieurs.

Certaines personnes préfèrent appeler ces Chakras, des Lotus. D'autres préfèrent leur donner le nom de Roues. Certaines religions font un symbole stylisé que

l’on peut reconnaître comme une Roue ou comme un Lotus, selon l’imagination poétique de chacun.

On compte six Chakras le long de la colonne vertébrale et un septième au centre du cerveau. Il en existe deux autres, ce qui fait neuf en tout, mais la plupart des gens n’ont pas encore atteint le niveau où ils peuvent assimiler cette notion de neuf Chakras ; aussi, nous nous bornerons aux sept Chakras orthodoxes et communément acceptés.

Qui voit l’aura voit aussi les couleurs qui émanent en tourbillonnant de ces divers Chakras. Bien entendu, ces couleurs et les émanations auriques de tous ordres sont différentes chez l’homme et chez la femme.

Le premier Chakra est situé à la base de la colonne vertébrale, à proximité des organes excrétoires. Le second est au niveau des organes génitaux, le troisième dans la région ombilicale, le quatrième approximativement dans la région du coeur, le cinquième au niveau de la gorge et le sixième à hauteur des sourcils.

La mythologie déclare que l’homme inférieur demeure dans la partie la plus basse de la colonne vertébrale et jusqu’à ce que l’Homme soit capable d’élever les pouvoirs de la Kundalini dans le Chakra du coeur, il ne peut être conscient de progresser. Avant d’être en mesure de réaliser des progrès vraiment satisfaisants, l’Homme doit pouvoir envoyer ses forces spirituelles jusqu’au sixième Chakra, et c’est seulement lorsqu’il dépasse le septième Chakra qu’il peut être assuré de vivre pour la dernière fois sur Terre.

CHAN : Ceci signifie maintenant la méditation. C'est le terme employé par les bouddhistes Zen du Japon.

À l'origine le mot était Channa et il signifiait alors que la personne concernée avait eu l'expérience d'une perception instantanée de la Vérité. Autrement dit, la personne a eu une révélation.

CHANG : Le contraire de l'artificiel, le contraire de l'anormal. Ce qui est absolument normal, absolument standard. C'est un mot issu du taoïsme chinois.

CHANISME : Une théorie selon laquelle on peut accéder à l'état de Bouddhéité par une soudaine illumination, par un soudain éclair de révélation.

Les dévots du chanisme se livrent à une méditation constante sur les principes et les préceptes des Vérités Éternelles, dans l'espoir d'être l'objet d'une soudaine révélation.

CHARMES : Beaucoup de gens considèrent les charmes comme de vaines superstitions, ils considèrent les charmes comme de petits ornements que le crédule achète dans l'espoir d'attirer la chance. Et il est bien vrai que, si vous entrez dans une quelconque boutique de souvenirs et que vous y achetiez un charme, autant dire que vous avez jeté votre argent par la fenêtre. Mais, si vous avez un charme spécialement préparé, c'est-à-dire préparé par une personne qui sait comment le faire, le charme sera efficace.

Cela signifie que l'on doive construire une forme-pensée et la placer dans le charme de la même manière que les anciens Egyptiens conservaient leurs pharaons embaumés.

Nous nous étendrons sur ce sujet au mot Talisman.

CHENG : L'honnêteté et la sincérité inhérente à son vrai moi. On doit permettre au Cheng de se développer et de se révéler avant d'être capable de faire des progrès substantiels.

Si nous nous débarrassons de l'avidité, de la luxure et de l'égoïsme, comme on se débarrasse de la dure coquille d'une noix, nous pouvons arriver à l'amande à l'intérieur. Les humains sont enfermés dans une dure coquille et ils doivent s'en défaire avant de pouvoir progresser.

CHI : C'est la force vitale. Tout ce qui se rapporte à la sphère matérielle. Ainsi nous avons Chi, la force du souffle qui correspond sur le plan le plus bas à la force éthérique et puis, plus haut, à la force aurique.

CHIT : La conscience, une sorte de conscience plutôt vide. C'est un manque de perception spécifique. C'est, en quelque sorte, être conscient sans savoir très bien ce que l'on compte faire de cette conscience, sans qu'elle nous apporte quoi que ce soit.

CHITTA : C'est le mental inférieur. Le mental comporte trois parties, ou il serait peut-être préférable de parler de substance mentale. La première est le Manas, la seconde est le Buddhi et la troisième est l'Ahambara. La première, bien sûr, est la plus basse.

Tout ce qui pénètre dans le mental inférieur est d'abord emmagasiné et classé dans le sub-conscient, possiblement pour être utilisé plus tard. Il ne faut pas oublier qu'à l'intérieur de notre sub-conscient, nous conservons le savoir de l'humanité tout entière, mais notre mémoire est assez mal conditionnée, nos

souvenirs imparfaits et nous ne pouvons guère puiser dans tout ce que nous possédons de savoir.

CHOIX : Il est fort dommage qu’en ce monde tant de gens veuillent en influencer d’autres. Les chrétiens, par exemple, s’efforcent d’influencer les non-chrétiens, de les convertir. Tout se passe comme si les tenants d’une certaine croyance n’étaient pas, eux-mêmes, tellement convaincus et tenaient à faire des adeptes dans l’espoir de se rassurer, de trouver une sécurité dans le nombre.

C’est une erreur que d’influencer quelqu’un dans le libre choix de son Chemin de Vie et de sa spiritualité. Si une personne a continuellement besoin de preuves, alors il faut la laisser tranquille. Cela signifie qu’elle n’est pas encore prête à prendre un Chemin particulier.

Contraindre une personne à prendre un certain Chemin contre sa volonté est inutile. C’est simplement alourdir le Karma du contraignant, ce qui ne fait de bien à personne. Par conséquent, vous tous, les bonnes âmes, rappelez-vous qu’en essayant d’influencer le Chemin d’un autre, ou en cherchant à le convertir, c’est à vous que vous faites du mal.

CITÉ DES NEUF PORTES : Nombre d’ouvrages métaphysiques font allusion à la Cité des Neuf Portes. C’est une métaphore employée pour tromper ceux qui se permettent de parcourir la littérature occulte sans intérêt véritable et sans connaissance réelle du sujet. C’est une ruse pour écarter les personnes superficielles, non évoluées ou simplement curieuses.

La Cité des Neuf Portes, évidemment, c’est le corps humain qui possède neuf principaux orifices : deux yeux, deux oreilles, deux narines, etc. Les autres

ouvertures n’ont pas besoin d’être détaillées, car vous devriez les connaître.

Par chacun de ces neuf orifices, chacune de ces neuf portes, peut entrer l’ennemi qui paralysera tout progrès. Un homme tout à fait vertueux pourra, par exemple, être tenté par ‘l’ennemi’ qui sera entré par ses yeux ; ce qu’il verra pourra susciter en lui des désirs qu’il croyait avoir anéantis en lui. Il pourrait trouver ‘l’ennemi’ entrant par ses narines ; certaines senteurs qui troubleront indûment son sens de la gourmandise. On doit toutefois déclarer qu’il est également possible de progresser de façon très satisfaisante par le bon, au lieu du mauvais usage des neuf portes.

CLAIRVOYANCE : La véritable clairvoyance signifie que le corps astral d’une personne peut sortir du corps physique et peut alors ‘voir’ dans des dimensions inaccessibles tant qu’on est dans le corps physique.

L’être humain moyen ne peut voir que ce qui est à portée de sa vue ; il peut parcourir du regard une chambre et y voir une chaise, une table, un mur, mais ce qui se trouve à l’extérieur de cette chambre est au-delà de sa vue. Dans la clairvoyance, il est possible de voir à travers un mur comme si ce mur n’existait pas ou, pour ceux de moindre capacité, comme s’il y avait là, à la place, une vague brume grise.

Quand on pénètre dans l’astral on peut consulter les Archives Akashiques et y voir tout incident qui s’est passé ou tout incident qui se passe. On peut aussi voir les probabilités de ce qui se passera dans l’avenir, c’est-

à-dire qu'on peut voir si une personne aura de la chance ou de la malchance.

La clairvoyance peut être développée. C'est le droit de tout homme et toute femme, et avant que les hommes et les femmes ne deviennent si égoïstes et n'utilisent leurs pouvoirs que pour leur gain personnel, tout le monde était clairvoyant.

CONCENTRATION : C'est l'art de consacrer toute son attention à une seule chose. Ce peut être une chose physique ou une chose intangible, comme une idée.

On doit se concentrer selon certaines règles fixes, c'est-à-dire diriger son attention, fortement, sur l'objet sur lequel on désire se concentrer.

Prenons l'exemple d'une bougie. Placez une bougie allumée devant vous, asseyez-vous de la façon la plus confortable possible et pensez à la bougie ; pensez-y en regardant vaguement dans sa direction, mais sans vraiment la voir.

Quelle est l'apparence de cette bougie ? A-t-elle une odeur ? Comment a-t-elle été fabriquée ? Quelle est la nature de la flamme ? Comment cette flamme est-elle entretenue ? Et, puisque la bougie brûle et que l'on dit que la matière est indestructible, qu'advient-il de la bougie lorsqu'elle se consume en flamme ? Si vous vous posez ces questions, vous développerez grandement votre pouvoir de concentration.

Au Tibet, un moine se concentre avec une baguette d'encens incandescente sur la tête. Il doit conserver son état de concentration alors même que le point incandescent de la baguette d'encens commence à brûler la peau de son crâne rasé. Un autre moine, bien

entendu, retirera la baguette avant qu'aucun mal ne lui soit fait, mais le moine novice ne doit pas l'ôter lui-même ; s'il le fait, c'est qu'il n'est pas en état de concentration suffisant.

CONNAISSANCE : La connaissance ? Ai-je besoin d'expliquer ce qu'est la connaissance ? Je pense que oui ! Il est nécessaire d'avoir trois choses avant d'avoir la connaissance. Premièrement, nous devons avoir une hypothèse, nous devons prendre conscience de quelque chose, parce que jusqu'à ce que nous soyons conscients d'une chose nous ne pouvons percevoir sa présence ou son existence.

Deuxièmement, nous devons disposer d'informations fiables parce que jusqu'à ce que nous ayons des informations fiables pour confirmer ce que nous en déduisons, nous ne commençons même pas à acquérir des connaissances.

Troisièmement, nous devons avoir une forme d'intuition afin de pouvoir comprendre ce qui se cache derrière ce que nous avons conclu et dont nous avons obtenu des informations fiables. Nous devons avoir cette intuition pour pouvoir comprendre les différents aspects que nous désirons connaître.

CONNAISSANCE DIRECTE : C'est la pleine réalisation, la prise de conscience de ce qui ne peut être enseigné. On ne peut pas avoir une pleine réalisation de la quatrième dimension ou de ce qu'est notre Sur-Moi alors que nous sommes dans le corps, ni non plus une autre personne peut-elle nécessairement nous convaincre de quoi que ce soit relié à cela, ou à

Dieu. Nous devons savoir par connaissance directe, par réalisation directe.

CONSULTANT : C’est le ‘Demandeur’. Celui qui s’enquiert, celui qui pose des questions, celui pour le compte de qui certaines formes de divination sont pratiquées. Le cristal ou les cartes de tarot peuvent alors être utilisés et la personne pour qui le cristal ou les cartes de tarot sont utilisés est appelée ‘le consultant’.

L’attitude du consultant détermine si la divination sera réussie ou non. Si le consultant est sceptique ou carrément incrédule, ou s’il donne de fausses informations, alors le sub-conscient de la personne consultée est empêché de réaliser la vérité.

Il convient de remarquer que la personne — le devin, si vous voulez — n’essaie pas d’attraper le consultant, le devin essaie d’aider. Il s’ensuit que le consultant doit être impersonnel, libre d’émotions, et doit mettre de côté toute peur et toute timidité, autrement son attitude peut jouer contre les cartes ou contre le cristal.

Si, par exemple, une jeune femme qui a des choses à cacher se présente pour une lecture de tarot, elle pourra ériger une barrière invisible de pensées au cas où son malheureux passé serait révélé. La barrière et ce qu’elle voudrait cacher est en fait révélé au clairvoyant, mais la question pour laquelle la personne consulte peut être obscurcie.

Les cartes de tarot et les boules de cristal, habilement manipulées, peuvent aider une personne, mais la personne doit aussi y mettre du sien.

CONTEMPLATION : La contemplation prend souvent la relève de la méditation lorsque celle-ci prend fin. On peut méditer sur un certain sujet et s'apercevoir que l'on n'a plus d'éléments pour alimenter cette méditation. C'est alors que la contemplation prend la relève.

La contemplation peut avoir pour objet la beauté du soleil couchant, ou la raison de telle action particulière de quelqu'un.

Fondamentalement, la contemplation peut être de deux ordres :

1. Cognitive, lorsqu'elle a trait à un objet matériel.
2. Non-cognitive, lorsqu'elle s'applique aux choses de l'esprit, aux choses qui dépassent la perception matérielle de l'Homme ; mais il faut être particulièrement évolué, particulièrement mûr sur le plan spirituel avant de s'engager dans la contemplation non-cognitive.

CORDE D'ARGENT : Tout comme le nouveau-né est relié à sa mère par le cordon ombilical, ainsi sommes-nous reliés à notre Sur-Moi par la Corde d'Argent. Tout comme la marionnette est reliée à son manipulateur par un bout de ficelle, ainsi sommes-nous reliés à celui qui nous manipule par la Corde d'Argent.

La Corde d'Argent tire son nom du fait qu'elle est composée de particules de toutes les couleurs existantes animées d'un mouvement de rotation rapide qui les fait paraître argentées. Ces myriades de couleurs sont, aux yeux du clairvoyant, d'un pur argent blanc-bleuté.

Cette corde est extensible à l'infini et elle est sans limites. Quand une personne voyage astralement, le corps intérieur se sépare de l'enveloppe charnelle et s'envole au bout de la Corde d'Argent, tout comme on peut laisser monter un cerf-volant au bout d'une corde. Quand le corps physique a besoin de récupérer son corps astral, ce dernier est ramené exactement de la même façon que l'est un cerf-volant.

Tout ce que nous faisons sur Terre est transmis au Sur-Moi par l'intermédiaire de la Corde d'Argent. Tout ce que le Sur-Moi veut nous dire est transmis d'en haut au sub-conscient, là où les informations sont stockées jusqu'à ce que nous en ayons besoin, transmises vers le bas par l'intermédiaire de la Corde d'Argent.

Lorsque le temps de notre mort est venu, la Corde d'Argent s'amincit et se sépare alors du corps ; tout comme un bébé 'meurt' à sa mère quand le cordon ombilical est coupé, ainsi le corps de chair meurt-il au Sur-Moi quand la Corde d'Argent est coupée et que 'le Vase d'Or est brisé'. Le Vase d'Or, bien sûr, c'est le nimbe ou la force éthérique supérieure qui entoure la tête durant la vie et s'en va au moment de la mort.

COU : Le cou est ce passage étroit qui relie la tête et le cerveau au corps, et si votre cou ne fonctionne pas correctement, vous ne pouvez espérer une bonne transmission des messages du cerveau aux différents centres assortis, parce que si vos artères sont comprimées dans le cou, votre cerveau ne reçoit pas un approvisionnement de sang suffisant. Si une pression s'exerce sur les nerfs du cou, diverses impulsions

sensorielles sont retardées ou totalement obstruées dans leur passage du cerveau au torse.

Il est bon d'effectuer des exercices qui ont un but bien déterminé, des exercices qui dégagent les artères et les nerfs. Ceci ne doit pas être confondu avec le Hatha-Yoga ou avec l'occultisme. Il n'y a rien d'occulte dans cet exercice particulier ; vous vous sentirez simplement mieux.

Voici la façon de vous y prendre :

Asseyez-vous aussi confortablement que possible sur une chaise dure, une chaise de cuisine. Il faut que ce soit une chaise dure avec un dossier ; vous ne pouvez pas vous installer dans un fauteuil.

Asseyez-vous bien droit, les mains posées sur les genoux. Gardez votre tête droite pendant une seconde ou deux, puis tournez-la lentement vers la gauche aussi loin que possible. Faites un effort et tournez-la un petit peu plus loin encore, parce qu'elle ira plus loin que vous ne l'aurez tout d'abord cru. Ensuite, tout doucement, ramenez la tête au centre afin de regarder de nouveau droit devant vous. Attendez une seconde ou deux, puis tournez votre tête vers la droite aussi loin que possible. De ce côté également — forcez pour aller un petit peu plus loin encore.

Faites en sorte de le faire pour être capable de pratiquement sentir la rouille se détacher des articulations inutilisées dans votre colonne vertébrale, faites-le pour pouvoir véritablement sentir vos os craquer. Faites cela plusieurs fois, puis asseyez-vous tout droit de nouveau — Oh, oui, vous vous serez affaissé entre temps ! — et restez ainsi quelques

instants en respirant profondément plusieurs fois, vraiment très profondément, en retenant chaque fois votre souffle pendant environ une dizaine de secondes.

Quand vous avez fait cela pendant environ une minute, posez votre tête aussi à plat que possible sur votre épaule gauche, de sorte que votre oreille repose sur votre épaule, et quand vous pourrez faire cela, poussez votre tête encore un peu plus pour que votre oreille s'y écrase. Restez dans cette position pendant une seconde, puis redressez la tête dans sa position verticale. Après une seconde ou deux, faites la même chose sur l'épaule droite. Assurez-vous que votre tête descend juste un petit peu plus bas qu'il n'est réellement confortable. Dans toutes les pauses entre les changements de position, vous devez respirer profondément, puis expirer complètement.

Maintenant, pour l'étape suivante — inspirez de nouveau profondément et expirez complètement. Prenez ensuite une inspiration profonde et laissez votre tête tomber en avant aussi loin qu'elle ira, pour que votre menton s'enfonce dans votre poitrine. Poussez un peu plus avant pour sentir votre cou craquer. Laissez votre tête revenir à la position normale. Reposez-vous un moment en respirant profondément, puis rejetez la tête en arrière aussi loin que vous le pourrez.

En faisant ces exercices, prenez garde de ne jamais faire de mouvements trop rapides ou trop violents qui risqueraient de vous faire du mal. Avec de la pratique, vous arriverez à décrire ces mouvements circulaires de façon de plus en plus ample.

Après ces exercices asseyez-vous en plaçant vos mains derrière la nuque et massez votre cou avec vos

deux pouces. Vous constaterez que cela vous aidera et pourra même faciliter votre concentration.

Nous devons insister sur le fait que ces exercices ne vous aideront pas dans le domaine métaphysique ; en fait, aucun exercice physique n'aide en matière occulte. Les exercices physiques aident le physique, à moins qu'ils ne froissent un muscle et jamais, jamais, vous ne trouverez en Extrême-Orient un Adepte qui se livre à ces exercices physiques, sauf pour des raisons purement physiques. Pour des exercices occultes, vous devez faire des choses tout à fait différentes, et qui n'ont rien à voir avec le physique. Beaucoup de gens pratiquent d'absurdes postures et se prennent pour de grands occultistes jusqu'à ce qu'ils se rendent compte qu'ils ne peuvent pas faire de trucs occultes ; ils font donc des exercices physiques et leur donnent de grands noms.

CULTE : Il arrive souvent qu'une personne de peu de savoir ou de médiocre perception spirituelle s'imagine être un Grand Maître et parvienne, à force de propagande, à réunir autour d'elle un petit groupe de gens auxquels elle exposera la grande vérité dont elle a été faite dépositaire par telle ou telle méthode, par révélation directe, par l'écriture automatique ou autre chose.

Le tragique de l'histoire c'est que la plupart du temps ces groupes déforment les Grandes Vérités. Ils n'existent que pour flatter les idées exaltées de quelqu'un à peine engagé sur La Voie. On ne devrait entrer dans un groupe, participer à un culte qu'à

condition d’être tout à fait sûr de bien faire. Il existe suffisamment de religions "classiques" qui ont fait leurs preuves — Judaïsme, Christianisme, Bouddhisme, etc. — sans tous ces cultes subsidiaires qui éclosent à chaque instant.

Trop souvent un culte est lancé comme un moyen lucratif qui vise les crédules. Il convient, certes, qu’un Maître vive, qu’il puisse acheter nourriture et vêtements. Cependant, toutes les fois qu’un prétendu ‘Maître’ se sert de son nom pour attirer des membres, toutes les fois qu’il insiste sur le fait que le Maître lui-même est ce qui importe, vous pouvez être certain qu’il y a là-dessous quelque chose de louche. Le nom d’un Maître n’a aucune importance ; tout ce qui compte, c’est ce qu’il enseigne. Est-ce bien ? Cela répond-il à vos besoins ? Devez-vous verser de fortes sommes d’argent avant d’assister à la réunion suivante ou à la leçon suivante ? Si oui, soyez prudent ; cela peut être une combine pour faire de l’argent.

Si vous êtes dans le doute, pourquoi ne pas aller trouver un prêtre de la religion dans laquelle vous êtes né ? Si vous êtes suffisamment déterminé, vous pouvez voir un prêtre de plus haut rang de la religion dans laquelle vous êtes né. Mais nous désirons émettre ici un avertissement solennel contre les cultes qui prétendent enseigner toutes sortes de magies, prétendent donner toutes sortes de démonstrations, mais seulement si vous payez assez. Rappelez-vous : votre santé mentale peut en souffrir.

D

DAMA : Ce mot se rapporte à l'apaisement des dix organes des sens et de l'action, car il est évident que tant que l'on ne peut calmer ses perceptions de sens et d'action, on ne peut méditer ou contempler adéquatement. Atteindre au Dama est l'une des Six Réalisations, que nous étudierons sous la lettre S (référence non trouvée, il s'agit peut-être du mot Bhagavan, le Dieu aux six attributs, NdT).

DEHA : Ceci signifie en fait 'Celui qui a un corps'. L'Homme a trois corps de base : le corps dense, le corps subtil ou moins dense et le corps causal ; mais nous aborderons cette question plus en détail sous la lettre U.

Le corps est le moyen par lequel l'Âme immortelle ou Sur-Moi peut acquérir de l'expérience au cours d'une vie physique. Le corps est simplement un instrument ou une marionnette. Vous aimerez peut-être en apprendre plus sur ce sujet sous la lettre P — Plans d'Existence.

DÉITÉ : Les Textes Sacrés de toutes sortes le proclament : 'Tu n'adoreras pas d'idoles'. Mais avoir un portrait ou une image d'un personnage saint, révéré, n'est pas nécessairement adorer une idole. L'image nous rappelle ce que l'on peut devenir à la condition d'essayer de son mieux. De même, un portrait sacré ou une image sacrée à laquelle on est attaché peut agir comme un point de concentration très solide quand on s'engage dans la méditation ou à la contemplation.

C’est pourquoi certaines personnes ont chez elles un Lieu de Recueillement personnel avec peut-être une photographie, une image ou un portrait — qui a sur elles une influence calmante et les met dans de bonnes dispositions d’esprit.

On peut entraîner son esprit à penser à l’objet sacré à l’exclusion d’articles plus matérialistes. Les portraits sacrés ou les images sacrées sont donc permis et acceptables, à condition de ne servir qu’en tant qu’aide-mémoire et de ne jamais devenir des objets d’adoration insensée.

Il faut souligner que les Chrétiens n’utilisent pas nécessairement un Crucifix comme un objet d’adoration, mais comme un objet de rappel.

DÉSINCARNATION : Lorsque nous voyageons dans l’astral, nous sommes en état de désincarnation, c’est-à-dire que notre corps astral se dissocie de notre corps physique et qu’ils ne sont plus reliés que par la Corde d’Argent.

Quand nous pensons à nous-mêmes, nous sommes dans l’état incarné, c’est-à-dire que l’état incarné est une chose temporaire et ne dure que le temps de notre séjour sur Terre.

L’état de désincarnation veut dire ce qu’il dit — hors du corps ; il nous faut sortir du corps pour savoir ce que nous sommes, ce que nous faisons et où nous allons.

DÉVA : Un Déva est un Être Divin, très au-delà de la condition humaine. Quiconque est parvenu au degré nécessaire d’illumination et de pureté et n’est plus sur cette Terre, peut être un Déva.

Les Esprits de la Nature et les formes-pensées d'origine humaine ne sont pas et ne peuvent jamais être des Dévas du type humain, bien que, naturellement, les Esprits de la Nature et les Esprits Animaux ont leur propre Groupe-Dévas.

DHANURASANA : Certaines personnes, Dieu sait pour quelles raisons, semblent aimer essayer différentes postures. Je n'en vois pas, pour ma part, la nécessité, mais pour ceux que cela intéresse, en voici une que vous pouvez essayer si vous voulez faire plaisir à votre docteur ou à votre chiropraticien. Assurez-vous, avant de commencer, que chacun dans votre entourage connaît son numéro de téléphone.

Ce Dhanurasana est une Position de Yoga souvent appelée La Position de l'Arc. Si vous voulez vraiment l'essayer, étendez-vous par terre la face contre le sol, ramenez vos jambes en arrière vers votre cou de telle sorte que vous puissiez prendre vos chevilles dans vos mains, puis tirez jusqu'à ce que votre tête et votre torse se détachent du sol.

Tirez encore pour détacher complètement du sol vos jambes et vos cuisses, de sorte que votre équilibre ne repose plus ridiculement que sur une partie assez sensible de votre anatomie. Recommencez plusieurs fois l'opération. Ensuite, demandez-vous si cela sert à quelque chose. Faisons observer ici que l'on peut être bon — que l'on peut être très bon — sans toutes ces contorsions qui ne sont guère qu'un joli numéro d'exhibitionnisme.

DHARMA : Ce mot peut indiquer le mérite, la bonne moralité, la droiture, la vérité ou une manière de vivre.

Sa véritable signification, cependant, c’est : ‘Ce qui tient votre vraie nature’.

Cela veut dire que l’on doit adopter un mode de vie et maintenir ce mode de vie sans déroger aux hauts standards qu’on s’était précédemment fixés.

Chez les bouddhistes, le Dharma veut dire de suivre la Noble Voie Octuple.

DHAUTIS : C’est un mot qui signifie : nettoyage. Pour un Occidental, c’est un processus très dangereux qui ne devrait jamais, jamais, jamais être effectué autrement que sous la plus étroite supervision de quelqu’un qui a été formé à un niveau très élevé et connaît le mal qui peut être causé s’il est fait avec négligence.

Dhautis est un système de purification du corps physique et ne confère pas d’aptitudes psychiques. En Inde, certaines personnes avalent de l’air et l’expulsent de force, de diverses façons inhabituelles. Ensuite, elles recommencent l’opération avec de l’eau, qu’elles avalent et expulsent de la même manière inhabituelle.

Certains de ceux qui pratiquent ceci en Indes avalent aussi une bande de toile dont ils tiennent fermement l’autre bout dans la main. Ils se frottent alors fortement l’estomac et se donnent de grands coups dessus, puis ils retirent lentement la bande, qui est d’une longueur considérable et à laquelle adhèrent toutes sortes de matières et mucosités provenant de l’estomac et de la gorge.

Une autre étape est quand la personne se passe un fil par les narines pour le retirer par la bouche et effectuent ainsi un mouvement de ‘ramonage’.

C'est une chose à laquelle on ne devrait jamais toucher et c'est mentionné ici pour que vous en soyez averti.

DHYANA : C'est une méditation ou une forme de concentration profonde. C'est un flot ininterrompu de pensées vers ce sur quoi on se concentre. C'est un mot qui dans le Raja Yoga est connu comme le Septième des Huit Membres.

DIABLES : Ces êtres sont le négatif de ce positif qu'est le bien. Il s'ensuit que, s'il n'y avait pas de diables, il n'y aurait pas de Dieux ! Si nous avons un positif nous devons avoir un négatif, car autrement le positif ne pourrait pas exister. Si vous avez une batterie, vous ne pouvez pas avoir juste une borne positive parce qu'aucun courant ne passerait ; vous devez avoir aussi une borne négative afin de compléter le circuit.

Les diables sont nécessaires et ils font pas mal de bien ; ils nous rappellent qu'il vaut beaucoup mieux être du côté du bien que de tomber entre leurs griffes, car ils ont la réputation d'être fort méchants. En fait, il existe une Force du Mal très réelle. Le mal peut être comparé à ce qui se passe lorsqu'on essaie de monter, en voiture, une côte extrêmement raide ; la pente est si raide qu'il faut rester tout le temps en première et on a peur que le moteur ne s'arrête, que les freins lâchent et que ce soit la dégringolade.

Toutefois, cette image est toute personnelle. Il n'en demeure pas moins un fait que le mal et les diables sont nécessaires parce qu'autrement il n'y aurait aucune motivation à faire le bien, il n'y aurait, en fait, aucun critère qui nous permette de mesurer le bien.

DIÈTE : La diète a généralement trait aux aliments, encore qu'il existe aussi un genre de diète spirituelle. Mais si nous nous en tenons à la diète, ou au régime alimentaire, disons que bien des gens ont sur ce sujet de curieuses idées. Les uns sont strictement végétariens, les autres mangent de la viande. Mon propre point de vue est qu'au stade actuel l'Homme est un animal carnivore ; donc si vous éprouvez le besoin de manger de la viande — mangez de la viande.

On ne doit pas se suralimenter. 'Il faut manger pour vivre et non pas vivre pour manger'. Si on se livre à l'étude occulte, l'ail et tout ce qui est amer ou acide doit être évité.

Un régime, c'est la notion raisonnable de ce que l'on doit manger. Mangez modérément. Ne buvez pas de boissons qui enivrent, car c'est profaner le Temple de l'Âme et chasser votre corps astral de votre corps physique. Or, dans ces conditions, c'est dans l'astral inférieur que votre corps astral sera expédié et ce qu'il aura à y subir est franchement désagréable.

Beaucoup de gens sont de fervents végétariens parce qu'ils détestent l'idée que des animaux seront tués. Pourquoi, alors, les mêmes personnes acceptent-elles de soigner les maladies ? Les microbes et les virus sont des êtres vivants aussi, et pour soigner une maladie, on est bien obligé de tuer des microbes. D'ailleurs, comment savons-vous si un chou n'est pas doué de sensibilité ? Les savants russes ne sont pas loin de croire que tous les végétaux sont doués de sensibilité. Si vous tenez absolument à être un puriste en ce domaine, mieux vaut décider tout de suite de vous

laisser mourir de faim : vous pourriez tomber sur une laitue sensible.

DIEU : Selon le Raja Yoga, il n'y a pas de concept de Dieu. Les Védantas et la Bhagavad Gita établissent nettement que le Yogi qui parvient à se libérer de son corps atteint à l'état de Dieu.

Pour ceux qui veulent chercher, le mot qui désigne Dieu est Ishwara. L'enseignement védantique veut que toute l'humanité soit une partie de Dieu et il existe quatre étapes principales pour atteindre à la qualité divine :

1. La proximité de Dieu.
2. La conformité à l'enseignement de Dieu.
3. L'association avec un Être Divin.
4. Vivre avec un Dieu.

Selon la croyance chrétienne, combien croyez-vous qu'il y ait de Dieux ? Avez-vous lu la Genèse ? Sinon, écoutez ce que dit Dieu : 'Que les firmaments soient !' En d'autres termes, Dieu donne à un second Dieu l'ordre de faire le firmament, et le second Dieu obéit et fait le firmament. Puis le premier Dieu dit : 'Que la lumière soit !' Et le second Dieu fit la lumière — non pas la lumière électrique, la lumière d'une lampe à gaz ou la lumière du jour, bien entendu, mais la lumière spirituelle, celle qui brille tout au bout de notre longue, longue marche sur la Voie ascendante de l'Évolution.

À propos, rappelons que beaucoup de gens ne lisent pas la Bible correctement. La plupart croient qu'Adam a été le premier homme, ce qui n'est pas exact. Lisez la

Genèse, IV, 16 et 17. On y voit Caïn se rendant dans le pays de Moab et y achetant une femme. Si Adam avait été le premier homme, comment Caïn aurait-il pu aller s'acheter une femme ? Il doit y avoir eu un autre homme en rapport avec tout cela quelque part ailleurs. Il faut se rappeler que bon nombre des enseignements de la Bible ont été écrits pour des gens qui n'étaient pas éduqués, pas vraiment capables de penser par eux-mêmes et c'est ainsi que la Bible a été écrite dans un langage simple, souvent sous forme de parabole.

DIKSHA : C'est l'art d'initier un étudiant à la vie spirituelle et cette tâche incombe au Maître ou Gourou.

Cela vaut la peine de mentionner ici que le Maître ou le Gourou est vraiment celui habilité à dire quand aura lieu une initiation. Mon expérience personnelle me permet de dire que les étudiants surestiment toujours leurs propres capacités, spirituelles ou autres.

DIMENSIONS : Les gens parlent de la quatrième dimension, ou de la cinquième dimension, et au-delà. Les gens disent que nous sommes sur un monde tridimensionnel. Malheureusement, ce n'est pas possible de discuter de la quatrième, cinquième, sixième, septième, huitième, ou neuvième dimension avec une personne qui vit dans un monde de la troisième dimension.

Tout cela n'a rien de très satisfaisant pour l'esprit ; aussi, essayons de nous placer dans la situation d'une personne à une seule dimension.

Un être unidimensionnel ne peut exister que sur une ligne. Si vous dessinez la ligne la plus mince possible sur une feuille de papier, vous imaginez ensuite qu'une

particule du graphite de votre crayon est une personne vivant sur ce monde unidimensionnel et gardez alors à l'esprit que cette particule de graphite est notre personne. Notre personne, donc, vit sur cette ligne et cette ligne est tout l'univers pour cette personne. Si nous appelons A l'une des extrémités de la ligne et B l'autre extrémité, vous comprendrez que la personne ne peut progresser que de A, qui est la naissance, à B, qui est la mort. La personne ne pourra se déplacer que vers l'avant, car reculer serait se déplacer dans le passé.

Supposons que vous puissiez placer un point, ou peut-être un doigt, sur cette ligne fine, la personne sur ce monde unidimensionnel verrait alors un phénomène dans son ciel. Elle ne verrait que la partie de votre doigt réellement en contact avec la ligne et il lui serait impossible de visualiser ce à quoi vous ressemblez, de la même façon qu'il est impossible à la plupart des gens de ce monde à trois dimensions qui est le nôtre de visualiser ce qui est derrière ce que l'on nomme les 'soucoupes volantes'.

Si nous passons à un monde bidimensionnel, qu'aurons-nous ? Ce devra être une surface plane et les habitants devront être des personnages plats. Supposons maintenant que vous traciez une ligne autour de l'un de ces personnages, cela se révélerait être pour lui un obstacle parce que la ligne aura une épaisseur et pour une personne complètement plate, la hauteur serait au-delà de sa compréhension. S'il essayait d'escalader cette ligne tracée au crayon — qui pour lui, bien sûr, serait d'une hauteur considérable — ce serait la même chose que d'aller dans l'espace.

Notre être plat ne serait pas capable de regarder la ligne de haut et se rendre compte qu'elle est relativement plate. Ainsi, une ligne ou un angle seraient des phénomènes étonnants pour une être plat.

A propos, si vous doutez de ce que j'avance là, faites cette expérience : élevez un crayon à hauteur de l'oeil en le présentant dans le sens de sa longueur. Puis derrière celui-ci tenez un autre crayon bout à bout. Vous serez dans l'impossibilité de voir le deuxième crayon parce qu'il sera caché par la ligne du premier crayon. Vous serez alors dans la position de notre être plat et afin d'être en mesure de voir le deuxième crayon, vous serez obligé d'entrer dans une nouvelle dimension, c'est-à-dire de descendre au-dessous du niveau des crayons ou de vous élever au-dessus d'eux, de façon à pouvoir les regarder d'en haut ou d'en bas et de regarder en perspective.

La quatrième dimension est en réalité celle que nous occupons quand nous voyageons dans l'astral, parce que nous avons alors différentes aptitudes et bien que, dans ces conditions, nous existions parfaitement, nous ne pouvons être perçus par les êtres de la troisième dimension, sauf comme un fantôme.

DISSOCIATION : Certaines personnes ont un corps astral desséré et quand la personne dans la chair se met à rêvasser, elle peut se séparer en physique et astral.

Il y a quelques années, il y a eu un cas en France où une pauvre institutrice (Émilie Sagée, NdT) avait cette remarquable capacité de voir ses corps physique et spirituel se séparer quand elle était absorbée dans un

sujet. Cela créait beaucoup d'émoi chez ses élèves quand ils pouvaient voir deux institutrices, apparemment jumelles. Finalement les autorités scolaires en entendirent parler et l'institutrice perdit son emploi.

La dissociation peut aussi être reliée à un état mental qui empêche la personne de contrôler ses processus mentaux.

DIVINITÉ : Ce mot provient de l'un des mots sanscrits les plus anciens. Il remonte aux temps les plus anciens de l'Humanité. Il signifie 'rayonner'. Souvent une Diva ou un personnage Divin sera connu comme 'Le Resplendissant'.

En rapport avec ceci, souvenez-vous que lorsque Moïse descendit de la montagne son visage éblouissait et il dut le voiler pour que cette lumière n'aveuglât pas le regard commun.

DONNER : Il existe une vieille loi occulte qui stipule : 'Donnez afin de recevoir'. Si vous ne donnez pas, vous ne pouvez recevoir. Si vous êtes trop mesquin pour donner quoi que ce soit, ou trop égoïste, vous vous entourez d'une carapace qui vous empêche de recevoir, même si un donneur potentiel tenait à vous donner.

La croyance chrétienne dit que l'on récolte ce que l'on a semé. Elle déclare aussi : 'Jette ton pain sur la surface des eaux', et encore : 'Mieux vaut donner que recevoir'.

Il est tout à fait, tout à fait essentiel de donner quelque chose si l'on veut recevoir quelque chose. Pas nécessairement de l'argent. Vous pouvez donner quelque chose de vous-même, c'est-à-dire de l'amour,

de l’amitié, de l’attention, de la sympathie, de l’aide, de la compréhension. Il est inutile de dire : ‘Ce qui est à moi est à moi, ce qui est à toi est à moi aussi’. À moins que vous ne soyez prêt à donner, vous ne pouvez absolument pas recevoir. Vous qui ne savez pas ouvrir votre porte-monnaie, vous qui ne savez pas desserrer les cordons de votre bourse, n’oubliez pas que, dussiez-vous vous mettre à genoux en suppliant, ce serait perdre votre temps aussi bien que celui des autres ; il est inutile de prier pour obtenir quelque chose à moins d’être prêt à donner quelque chose.

DROITS : C’est le droit de tout Homme de pouvoir parcourir le Chemin de la Spiritualité. Habituellement, les gens ne réalisent pas que ‘Tous les hommes sont égaux aux yeux de Dieu’. De même, toutes les âmes sont égales aux yeux de Dieu, qu’elles soient noires, jaunes, ou blanches. On sait qu’il n’y a pas de ségrégation hors de cette Terre !

Trop souvent les ‘droits’ sont limités par une forme de loi communautaire destinée à avantager seulement les membres de cette communauté. Il en était de même pour la loi tribale ; les tribus avaient des lois qui n’avantageaient que la tribu à laquelle elles s’appliquaient.

L’inconnu a toujours tort. Dans un pays, l’étranger est toujours celui qui est du mauvais coté du bâton ; l’étranger est toujours suspect, toujours incompris, toujours pénalisé. L’étranger est celui qui ‘n’appartient pas’ et qui, par conséquent, se voit privé de la sympathie et de la compréhension des autres.

On dit que ‘Le sang est plus épais que l’eau’, mais jusqu’à ce que les gens aux idées bornées réalisent que la personne d’une autre tribu ou communauté a des droits égaux, jusqu’à ce que les gens d’un pays réalisent que les gens d’un autre pays ont aussi le droit de vivre, il ne pourra y avoir aucune véritable compréhension ou progrès réels sur Terre.

DWAPARAYUGA : Partout dans les religions du monde il existe divers systèmes qui divisent la vie de ce monde en différentes périodes ou cycles. Selon la mythologie hindoue, le monde est divisé en quatre étapes d’une durée de 864 000 ans chacune. Les quatre périodes deviennent successivement de plus en plus sujets au mal. Dans la première période le droit et le bien prévalent, mais avec chaque période la puissance du mal augmente, la puissance de la méchanceté augmente.

À présent nous sommes dans la quatrième étape, l’étape de Kali et chacun sera sans doute d’accord pour dire que le monde à l’heure actuelle est un endroit malsain où ceux de mauvaises intentions ont invariablement le dessus, une étape où la trahison réussit.

Lorsque ce cycle sera terminé le monde commencera un nouveau cycle où la bonté prédominera. Mais à l’Âge de Kali, bien sûr, il devra y avoir un ‘Sauveur’ qui commencera à redresser le monde. C’est le processus invariable.

DWESHA : C’est l’aversion, l’antipathie au lieu de l’attirance. Elle a ses racines dans le département de la mémoire. Si nous avons éprouvé un choc sévère, nous

détestons ce qui a causé ce choc et nous essayons d'éviter ce genre de choc dans l'avenir.

Nous pouvons ne pas avoir conscience de ce qui a causé ce choc, car il a pu être relégué dans notre sub-conscient et une sorte d'amnésie a pu se manifester pour bloquer le souvenir pénible.

En psychanalyse, le praticien aide le patient à plonger dans sa mémoire sub-consciente pour y retrouver les événements déplaisants, de sorte que, ayant compris la cause de son comportement, il puisse éviter de tels modes de comportement à l'avenir.

E

EGO : Ceci indique cette partie de la personne qui est consciente du 'MOI'. C'est l'individualité séparée du Sur-Moi. Il existe deux sortes d'Ego ; le premier est celui qui apprend de plein gré ou contre son gré. Il est peu développé, ignorant, excessivement bavard, plein d'une assurance injustifiée. Cet Ego est égocentrique, arrogant et agressif. C'est, en fait, l'Homme de la Rue typique.

L'autre Ego est celui qui a progressé et qui a appris par expérience. Il est le propre de ceux qui ont atteint un bon degré d'illumination. Il est possédé par une personne qui est prête à aider les autres même au risque de désagréments et de problèmes pour elle-même.

L'égoïsme est souvent désignée comme la seconde des cinq sources principales de malheur. Il nous suffit d'ailleurs de songer à certains égoïstes et vaniteux de

notre connaissance pour en être convaincus. Malheureusement, moins on en sait, plus on croit en savoir. Beaucoup de ces gens si vantards viennent nous dire : ‘Inutile d’essayer de me prouver ceci ou cela, de toute façon, je n’y croirai pas’ ; ceux-là n’ont même pas commencé à apprendre.

L’auteur de ce livre pense fermement que bien peu de gens de la Presse appartiennent à la catégorie ‘développée’, car l’ego ne peut parvenir à un certain degré de développement qu’à condition de vouloir tenir compte des sentiments et des besoins d’autrui — qualité qui fait singulièrement défaut aux gens de la Presse.

ÉLÉMENTS : Il existe, bien entendu, un grand nombre d’éléments, mais, pour l’occultiste, le métaphysicien ou l’astrologue, il y a cinq principaux éléments. Ce sont : l’éther, l’air, le feu, l’eau et la terre. Nous ne nous plaçons pas ici sur le plan de la chimie, mais sur celui de la tradition astrologique.

Ces éléments entrent en jeu dans une très large mesure en astrologie. On peut en effet être né sous un signe d’eau — le Cancer — et si l’on épouse une personne née sous un signe de feu, tel que le Bélier, il peut en résulter une vie conjugale malheureuse, car l’eau et le feu ne se mélangent pas. Le tout est de savoir ce qui est compatible et ce qui ne l’est pas.

Les éléments ont une grande importance pour ceux qui veulent étudier la mécanique de la métaphysique.

ÉMOTION : L’émotion est un état d’esprit qui devrait être controlé afin de ne pas intervenir avec nos études métaphysiques. Il est facile d’imaginer que l’on a vu un

fantôme ou que l’on a parlé à une personne qui a récemment quitté cette Terre. Il est également possible qu’un état émotif — la peur — nous empêche d’en faire tout autant.

Dans le travail ésotérique il faut contenir, former et maîtriser ses émotions. On ne doit pas être trop sceptique et on ne doit pas être trop disposé à accepter ; on doit faire preuve de bon sens.

Il convient à la fois d’avoir un esprit équilibré et d’être prêt à étudier toutes choses avec un esprit ouvert. Par esprit ouvert, on entend le fait que l’on ne va pas condamner et l’on ne va pas croire à moins de raisons sérieuses dans les deux cas.

La Voie du Milieu est la meilleure voie, celle qui permet de n’être ni trop crédule ni trop incrédule. En se tenant au milieu du chemin on est en mesure de voir le paysage de chaque côté et de juger en conséquence.

ENTHOUSIASME : C’est une de ces choses qui réclament beaucoup de prudence. On doit garder son enthousiasme et ses émotions sous contrôle. On ne doit pas devenir excessivement enthousiaste. Être trop enthousiaste à propos d’une chose trouble le cours régulier d’une existence.

Nous jouissons d’une certaine quantité d’énergie. Si nous en dépensons trop sur un sujet, nous n’en aurons plus assez pour les autres et notre équilibre s’en ressentira.

En matière de yoga ou de métaphysique, on ne doit cultiver ni l’excitation, ni le faux enthousiasme, ni les fortes émotions. Là encore, la seule façon de parvenir à un solide équilibre est de suivre la Voie du Milieu.

ÉPONGES : Vous vous demanderez peut-être ce que les éponges ont à faire dans un Dictionnaire comme celui-ci, mais il y a beaucoup de gens qui sont exactement des éponges humaines ; ils absorbent les informations qui restent dans leur cerveau comme une masse non digérée.

Les éponges humaines sont souvent des ‘bonnes âmes’. Elles savent tout en théorie, mais ne savent pas mettre en application. Elles ne peuvent ‘qu’être bonnes’ en théorie, elles ne sont pas capables ou pas suffisamment évoluées pour vraiment faire quelque chose pour aider.

Les éponges humaines absorbent l’information sans acquérir aucune connaissance. Ce sont des créatures tragiques qui s’entourent d’une dure carapace d’égoïsme, et se demandent ensuite pourquoi le monde ne se prosterne pas avec vénération.

ESPRIT : Avant de nous aventurer très loin dans n’importe quelle question spirituelle, nous devons être sûrs que notre esprit soit clair. Nous devons nous assurer que notre esprit soit capable de supporter les exigences auxquelles nous allons le soumettre.

Pour atteindre à la pureté de l’esprit, il faut s’associer à des gens de tempérament égal, des gens qui sont sains et équilibrés, des gens qui connaissent la vérité de ce qu’ils disent.

On doit témoigner de la sympathie à l’égard de ceux qui souffrent et de ceux qui ne savent pas distinguer la réalité de la fiction. On peut être compréhensif et compatissant sans se lier à de telles personnes ; en fait, d’être trop étroitement associé avec le mauvais

type de personne serait de contaminer son propre esprit.

L'esprit est semblable à une éponge qui absorbe le savoir. Si c'est un bon esprit, il sait comment utiliser les connaissances qu'il a absorbées. Si c'est un mauvais esprit, il ne fera que bourrer son sub-conscient de savoir mentalement non digéré.

Plus tard nous allons donner quelques exercices de respiration qui aideront à purifier l'esprit, mais souvenez-vous, si vous traitez bien votre esprit, il vous rendra du bien ; si vous ne traitez pas bien votre esprit, il vous rendra du mal.

ESPRITS ÉLÉMENTAIRES : La plupart des gens sont terriblement confus au sujet des esprits élémentaires. En fait les esprits élémentaires sont une sorte de formes-pensées qui ont un genre de demi-vie propre, une forme de vie qui leur a été donnée par des humains.

Pour mieux comprendre ce dont il s'agit, imaginez un aimant qui représente l'être humain. Amenons ensuite l'aimant près d'un morceau de fer. Immédiatement, le fer est magnétisé dans une certaine mesure et représente donc l'esprit élémentaire.

Les esprits élémentaires sont formés de la substance éthérique qui a été à l'origine de toutes les formes complexes. Toutes les pensées errantes des gens 'magnétisent' les substances éthériques qui donnent naissance aux esprits élémentaires — aux êtres élémentaires.

Il convient de préciser que beaucoup de gens qui assistent à des séances de spiritisme et croient qu'ils

ont conversé avec l'esprit de cette chère défunte tante Mathilde, ont en réalité été bernés par des esprits élémentaires. Les esprits élémentaires sont irrésistiblement attirés aux séances de spiritisme, car elles leur donnent l'occasion de faire des farces aux humains. Les esprits élémentaires sont aussi espiègles que des singes et peut-être encore plus écervelés.

L'un des grands dangers des séances de spiritisme, c'est qu'on peut y être complètement trompé par ces formes-pensées. En plus des esprits élémentaires, il existe aussi des Esprits de la Nature.

ESPRITS DE LA NATURE : Les humains, dans leur vanité et leur sens de supériorité démesuré, pensent qu'eux seuls ont une âme. Les humains croient que seuls les humains passent de la vie à la mort et de la mort à une autre vie.

Beaucoup de races anciennes vénéraient les Esprits de la Nature. Ils n'étaient pas si loin de la vérité parce qu'il existe des Esprits de la Nature, et ils sont tout aussi importants que les esprits humains.

Un être humain est un morceau de protoplasme qui a une âme, ou Sur-Moi, qui dit à ce morceau de protoplasme comment fonctionner, comment croître. De même les arbres ont des Esprits de la Nature, des entités-esprits qui prennent soin d'eux.

Les animaux aussi ont un esprit, une âme, si vous voulez, et il ne s'ensuit nullement que parce qu'un animal ne peut pas parler anglais, ou espagnol, ou allemand, que cet animal est 'stupide'. De nombreux animaux ont des caractères en aucun cas inférieurs aux meilleurs des hommes !

Dans le monde astral il y a des entités humaines qui se livrent à leurs activités particulières et il y a des Esprits de la Nature qui s'occupent des plantes et de l'astral des animaux. Il y a aussi des esprits élémentaires dont nous avons parlé plus haut.

Pour votre propre évolution, donc, souvenez-vous qu'il existe des esprits animaux qui croissent et évoluent sur des lignes différentes de l'humain, certes, mais en aucun cas inférieurs aux humains. Ce sont des lignes distinctes et tout à fait séparées ; les humains ne se réincarnent jamais en animaux, les animaux ne se réincarnent jamais en êtres humains. Ce sont des lignes de développement absolument différentes.

ÉTAPES DE LA VIE : Il y a quatre principales divisions de la vie. La première :

1. Un enfant naît, se développe et s'instruit par l'expérience. Les facultés entières du corps sont développées et améliorées. À ce stade, la personne est capable d'apprendre assez rapidement et sans grand effort.
2. Cette deuxième étape est celle durant laquelle une personne prend un emploi et se marie. Les connaissances ici sont suffisantes pour garder son travail, obtenir une promotion, élever une famille, et faire assez d'argent pour se préparer à la troisième étape.
3. À la troisième étape, la personne a pris sa retraite, ou est sur le point de la prendre. Il y a une plus grande activité culturelle et plus de temps à consacrer aux choses qui ont été laissées de côté auparavant.

4. Dans la quatrième étape, on ‘digère’ les expériences de sa vie et l’on est capable d’envoyer à notre Sur-Moi, au moyen de la Corde d’Argent, des impressions de tout ce qui a été glané au cours de notre vie à ce jour. Le Moi Supérieur ne commence à tirer grand profit qu’à partir de la quatrième étape.

ÉTHÉRIQUE, DOUBLE : C’est la substance qui se trouve entre le corps physique et l’aura. L’éthérique est de couleur gris bleuté et n’a pas la consistance de la chair ou des os. L’éthérique peut passer à travers un mur de brique sans que ni l’un ni l’autre soient endommagés.

Le double éthérique est le pendant exact du corps charnel, mais sous une forme éthérique. Plus le corps physique de quelqu’un est fort, plus son corps éthérique est fort. Lorsqu’une personne meurt et que cette personne avait été attachée aux choses grossières de la vie, son double éthérique sera particulièrement robuste et se manifestera sous la forme d’un fantôme qui, par habitude, se comportera tout comme la personne se comportait sous sa forme charnelle.

Une personne qui a connu une mort violente ou qui est morte en éprouvant de la terreur laissera un double éthérique puissant. Les gens qui sont morts par la violence laisseront souvent un fantôme qui peut être vu.

Fréquemment les doubles éthériques désincarnés essaient de dissiper leurs réserves d’énergie inutiles en allant aux séances et en donnant des messages

absurdes. Il est clair que si l'oncle Timothée est décédé et que la tante Matilda se rend à une séance de spiritisme pour entrer en communication avec lui, elle attirera, grâce à son magnétisme personnel, le double éthérique stupide de l'oncle Timothée. Ce double est inepte et n'a rien que des habitudes. Aussi agira-t-il à peu près comme l'oncle Timothée lorsqu'il était sur Terre, mais ses messages seront absurdes parce qu'il n'a pas de cerveau pour le diriger.

Le double éthérique est une chose inutile qui doit être dissipée avant que l'on soit complètement libéré des liens de la Terre. Il est l'étoffe dont sont faits les grotesques fantômes.

Une personne que l'on dit attachée aux choses terrestres est liée à la Terre par ce double éthérique grossier.

ÉVOLUTION : Tout est en état d'évolution. L'enfant est d'abord un bébé sans défense et évolue progressivement vers l'âge adulte. Les gens vont à l'école et leur évolution se fait en progressant de classe en classe.

Les hommes ne deviennent pas des anges au cours de leurs stages terrestres d'évolution, pas plus que les animaux ne deviennent des hommes en ce monde. Tout doit évoluer selon les plans de l'univers et chacun selon sa propre espèce.

Le développement de l'Homme, ou de l'Humanité, se poursuit depuis des millions d'années. En consultant les Archives Akashiques vous serez en mesure de voir que la forme première de l'Homme était un globe, une créature pas tout à fait solide, pas tout à fait gazeuse,

quelque chose comme une gelée opaque, d'aspect peu agréable. Il n'avait qu'un oeil et pas d'esprit ; plutôt presque un automate.

Telle fut la première Race de l'Homme. Une différence marqua la seconde Race par certains appendices qui sortaient de ce globe qu'était l'Homme et par l'apparition d'un cerveau rudimentaire très semblable à celui d'un singe.

Dans la troisième Race de l'Homme, il se produisit une division du globe ou de la sphère et ce furent les deux sexes, masculin et féminin.

Vous pouvez être intéressé par certaines des différentes Races : dans le premier cas qui nous occupe, il y avait la Race des gens de la Lémurie ; oui, la Lémurie a réellement existé ! La Race de ce temps-là était douée d'instinct et de passion, mais elle ne possédait pas la plupart des émotions supérieures, ne possédait pas d'aspiration pour les choses spirituelles.

La Terre, à cette époque, était dans un stade de développement. De grandes langues de feu jaillissaient de l'intérieur, il y avait des tremblements de terre et le Continent de la Lémurie s'engloutit dans les flots.

Après la Race des Lémuriens, ce fut la Race des Atlantes. Ces derniers étaient en grand progrès par rapport aux Lémuriens parce qu'ils étaient capables de sentiments beaucoup plus élevés. Ils essayèrent de développer leurs émotions supérieures, mais ils évoluèrent également dans un plus haut type de raisonnement ; ils s'adonnèrent beaucoup à la science et, malheureusement, produisirent une bombe atomique il y a des milliers et des milliers d'années. La bombe atomique explosa et la terre appelée Atlantide

s’engouffra sous les flots. Il y eut cependant des survivants, disséminés dans divers points éloignés de la catastrophe ; certains de leurs enfants furent affectés par les radiations et il y eut ainsi des mutations, mutations qui donnèrent naissance à la Race Aryenne.

La Race Aryenne se distingue par une intelligence plus concrète que spirituelle, et c’est un fait qu’il est plus difficile de faire entrer des pensées d’ordre spirituel dans la tête de la plupart des gens que d’essayer de casser du béton !

Une sixième Race fonctionne dans l’abstrait et éventuellement au cours de l’âge du Verseau, où nous entrons maintenant, l’évolution se fera sur le plan spirituel. Après ce développement spirituel nous serons en mesure de connaître les caractéristiques propres à la septième Race. Certains de ceux de la septième Race sont déjà sur Terre, pas beaucoup d’entre eux, mais en nombre suffisant pour fournir une semence, ou un noyau, et la septième Race finira par atteindre une connaissance de dirigeants de ce Système Solaire tout entier.

L’évolution, ainsi, est ce qui permet aux gens, ou à quoi que ce soit, de se développer et de faire des progrès.

EXPÉRIENCES : Beaucoup de gens, pendant leur temps sur Terre, ont ‘des expériences’. Ils s’imaginent voir des choses, ou ils voient réellement des choses. Ils pourraient en être plus certains s’ils prenaient des notes de façon précise.

Il faut toujours garder près de soi du papier et un crayon, surtout à côté de son lit, pour pouvoir prendre des notes avant que le souvenir ne s'efface.

Supposons que vous vous réveilliez une nuit et que vous ayez l'impression de voir quelque chose. Notez :

1. Qu'avez-vous vu ?
2. Était-ce un homme ou une femme ?
3. Comment étaient ses vêtements et de quelle époque ?
4. Qu'a fait l'apparition ? A-t-elle traversé un mur et s'est-elle tenue près de votre lit ?
5. Que vous a-t-elle dit ou indiqué ?
6. Quelle a été votre réaction ?
7. Qu'est devenue l'apparition ? Est-elle disparue — évanouie dans l'air — a-t-elle traversé un mur ?
8. Après avoir relu ce qui précède, quelles conclusions en tirez-vous ? Était-ce une hallucination ? Était-ce une personne que vous avez reconnue ? Était-ce une personne qui paraissait réelle ?

Le lendemain matin, relisez vos notes et puis vous pourrez y ajouter tout ce qui sera venu de votre subconscient pendant la nuit. On doit expliquer de nouveau, cependant, que nombre de ces visites véritablement authentiques sont perdues pour le monde parce que la personne ainsi visitée a caché sa tête sous les draps ou a été trop troublée pour garder des souvenirs précis. Il existe des choses telles que les fantômes, mais si quelqu'un est inoffensif en chair, pourquoi serait-il dangereux une fois hors de la chair ?

F

FA : Mot chinois qui signifie la loi ou les règlements. Il indique que, si l'on veut faire des progrès satisfaisants, on doit suivre les bons préceptes. Tant que vous n'aurez pas progressé, vous devrez revenir dans ce vieux monde lugubre.

FACE : Regardez la personne moyenne, voyez les rides et les plis sur son visage. Observez son expression tendue, angoissée ! Et regardez-les, tous ces gens, quand ils croient être en état de méditation : ils ont l'air encore plus angoissés ! C'est malheureux, car il est impossible de méditer si l'on est tendu.

Si vous constatez que votre visage se contracte, essayez de le relaxer. Penchez-vous en avant, de façon à ce que votre visage soit parallèle au sol. Assurez-vous que les muscles de la face sont tout à fait flasques, aussi flasques que vous pouvez. Veillez aussi à ce que vos lèvres ne soient pas serrées ; laissez même la bouche un peu ouverte, si vous préférez.

Vos yeux seront légèrement ouverts ou même fermés, mais sans effort, sinon vous contracteriez vos muscles.

Relaxez tout votre visage et ensuite imaginez que vous êtes un chien qui vient de sortir de l'eau tout dégoulinant. Secouez votre tête vivement comme le fait le chien, et assez fort pour sentir vos oreilles bouger et votre chevelure s'ébouriffer. Recommencez plusieurs fois. Faites comme si vous aviez de l'eau sur la figure et que vous deviez la secouer vigoureusement. Faites cela et vous verrez que ça va vraiment débarrasser vos muscles de ses plis.

Quand vous avez fait cela plusieurs fois, asseyez-vous bien droit en allongeant votre cou aussi haut que vous le pouvez. Imaginez que vous êtes une girafe ou l'une de ces femmes indigènes qui additionnent les anneaux autour de leur cou afin de l'allonger indéfiniment.

Quand vous avez tiré votre tête aussi loin que possible, rentrez-la dans vos épaules aussi loin que vous le pouvez, rentrez-la bien dans les épaules de sorte que votre cou soit vraiment comprimé. Tirez votre tête de nouveau et rentrez-la encore. Faites cela plusieurs fois et toutes les trois fois secouez vigoureusement votre tête comme le chien. Vous n'imaginez pas tout le bien que vous en retirerez.

FANTÔME : Cette chose mystérieuse qui passe en murmurant dans la nuit avec quelques craquements qui inquiètent, cette chose qui fait dresser les cheveux sur la tête, est tout à fait inoffensive !

Un fantôme est simplement une force éthérique qui erre suivant les habitudes de son ancien propriétaire jusqu'à ce que cette force éthérique, ce double éthérique, finisse par se dissiper. Une personne robuste, victime d'une mort subite très violente, possède un double éthérique très fort. Si une personne est attaquée, elle concentre l'éthérique en une forte entité. Si, donc, la Corde d'Argent est soudainement coupée dans le processus que nous appelons la mort, le corps astral s'en va, l'enveloppe charnelle se décompose et le pauvre éthérique devient une triste épave errante et sans pensée. Pendant toute la vie du corps physique, l'éthérique a été calqué sur ce corps ; c'est un modèle des habitudes du corps. Si donc le

corps avait l’habitude de se rendre en un certain endroit, ou de penser à certaines personnes, l’éthérique fera de même jusqu’à ce qu’au bout d’un certain nombre de siècles, l’énergie qui l’anime se dissipe et disparaisse finalement.

Le corps éthérique est celui qui se rend aux séances de spiritisme et livre les prétendus ‘messages’ d’outre-tombe. Et c’est une vraie tragédie que ce malentendu. En effet, nous devons nous rendre compte du fait que lorsque nous quittons la Terre, nous avons d’autres choses à faire et ne pouvons ni ne voulons toujours entrer en rapport avec les gens laissés derrière. L’éthérique, ou fantôme, est une chose sans importance et devrait être ignoré.

Supposons que vous soyez dans une certaine ville et très occupé par un travail exigeant de la concentration. Seriez-vous content si quelqu’un vous téléphonait sans cesse d’une autre ville pour vous poser toutes sortes de questions stupides ? Vous seriez vite fatigué de toute l’histoire. Il en va de même des entités réelles que vous pouvez, si vous aimez, appeler des Âmes ; elles n’aiment pas être dérangées, elles ont bien trop à faire.

FOI : Si nous recherchons la connaissance, nous devons avoir la foi, car certaines choses demandent que l’on ait la foi alors que nous sommes toujours à la recherche de preuves, et si une personne se met en quête d’une chose qu’elle est résolue à ne pas trouver, elle ne la trouvera pas.

Il est sage de s’en tenir fermement à la conviction qu’à partir de notre capacité intellectuelle, nous

pouvons vérifier que la chose en cours de discussion est vraie.

En matière de foi, notre démarche consiste à essayer de prouver qu'une chose est vraie, et non, comme c'est si souvent le cas de nos jours, à essayer de prouver qu'une chose est fausse.

La foi n'est pas la croyance oiseuse, absurde, aveugle. La foi grandit et grandit au fur et à mesure que l'on explore ce en quoi on a la foi.

FO CHIAO : C'est une interprétation chinoise de la religion Bouddhiste. Comme nous l'avons déjà établi, le Bouddhisme est un code de la vie, un mode de vie, mais, pour nous conformer à l'usage, nous en parlons ici comme d'une religion.

Fo Chiao est le mot chinois pour désigner le Bouddhisme en tant que religion.

FO HSUEH : L'enseignement Bouddhiste. Le Bouddhisme considéré comme une philosophie, un style de vie, et non comme une religion. De nouveau, selon la conception chinoise.

FORCES : Il y a quatre forces qui nous intéressent. Ce sont :

1. Les forces naturelles : nous étudions à l'école sous le nom de physique un groupe de forces qui sont — la chaleur, la lumière, le son, l'électricité et le magnétisme — et nous en voulons à ce pauvre vieux Pythagore qui a inventé ces mystérieux et sublimes théorèmes qui nous font tant souffrir.
2. Les forces éthériques : elles comprennent la puissance de la Kundalini. Celles du second groupe sont

encore liées aux phénomènes naturels, car la Kundalini, et tout ce qu'il implique, ne va pas plus loin que le double éthérique avant de devenir une force métaphysique au lieu d'une force terrestre naturelle.

3. Les anciens prêtres égyptiens s'étaient spécialisés dans ce que nous pourrions appeler 'Force 3'. Ils protégeaient leurs tombes par des formes-pensées qui avaient le pouvoir de terroriser quelqu'un.

La Force 3 se compose de toutes ces choses engendrées par l'esprit et qui, une fois engendrées, s'éternisent pendant peut-être des siècles, jusqu'à ce qu'elles aient dissipé leur énergie initiale.

Bien que cette troisième force ait encore des liens avec la nature, c'est sur une base beaucoup plus distancée parce que nous sommes maintenant à deux étapes éloignées de la force naturelle, brute, élémentaire.

4. C'est une force qui peut être engendrée par des entités vivantes, en raison du pouvoir de l'amour, la haine, etc. Elle est tout aussi puissante que les forces précédemment citées.

La télépathie, la clairvoyance, la psychométrie, la lévitation, la téléportation, etc., entrent dans ce groupe.

Le voyage astral ne relève pas de cette force, puisqu'il est la simple libération du corps astral emprisonné dans le corps physique.

FRUITS, LES QUATRE : Selon diverses croyances orientales, les Quatre Fruits de la vie humaine doivent

croître, atteindre une parfaite maturité et s'épanouir pleinement.

Le Premier Fruit est celui de la moralité et de la pureté de pensée. C'est ce qui fait de quelqu'un une personne respectable, qui peut progresser sur la Voie Spirituelle.

Deuxièmement, il y a la sécurité de la situation sociale, de sorte que le Temple de l'Âme, qui naturellement est le corps, ne soit pas endommagé par une pauvreté ou une souffrance excessives.

Il convient de préciser que, dans certaines conditions, il est nécessaire de faire l'épreuve de la souffrance et de la pauvreté, à cause du Karma, mais en règle générale il vaut mieux que l'on soit capable d'arriver à la Voie du Milieu — ni trop riche, ni trop pauvre, ni affamé, ni suralimenté.

Le Troisième Fruit est celui de l'accomplissement des désirs légitimes. Il vient comme récompense pour une vie correcte, une pensée correcte, un comportement correct.

Un désir légitime n'inclut pas le désir de posséder une nouvelle voiture, ou un nouveau manteau, ou autres choses qui sont pour la vanité ou pour montrer.

Un désir légitime est le désir de venir en aide à autrui, de le sauver d'une détresse inutile. Il est également légitime de désirer progresser et avancer, de nouveau de façon désintéressée, de nouveau afin de pouvoir aider autrui.

Le Quatrième, et le meilleur, des Fruits revient à celui qui parvient rapidement à s'affranchir des liens de ce monde. Il signifie la libération du Karma, la fin des incarnations et réincarnations d'une personne sur le

système terrestre. Quand on a le dernier des Quatre Fruits, quand on a échappé aux peines de la Terre, alors on peut, si on est fou, se porter volontaire pour revenir aider les autres sur notre sinistre vieux globe. Lorsque vous atteignez cette position et que vous êtes de 'l'Autre Côté', laissez des instructions pour que vos amis, au cas où vous manifesteriez le désir de contracter ce genre de réengagement, vous fassent examiner mentalement, parce qu'il semble vraiment que de nos jours les choses soient plutôt hors de contrôle sur la Terre et qu'elles soient beaucoup trop dures. Cependant, nous sommes à l'Âge de Kali et cet âge sombre passera et le soleil brillera de nouveau avec l'aube d'une ère nouvelle et une hausse de pureté spirituelle.

G

GAYATRI : Nom donné à l'un des Mantras les plus importants. Les Chrétiens récitent le Notre Père, qui est, après tout, un Mantra chrétien. Les Hindous, eux, récitent le Gayatri.

Un Hindou observe certaines cérémonies au cours desquelles il récite quotidiennement ce Mantra. En voici les paroles : 'Om, bhur, bhuvah, swah. Tat savitur varenyam bhargo devasya dhimahi. Dhiyo yo nah prachodayat. Om.'

Traduction : 'Nous méditons sur l'ineffable splendeur de ce Soleil resplendissant. Puisse ce Soleil diriger notre entendement pour le bien de toute vie.'

C'est un Mantra qui pourrait être récité par les Chrétiens pour leur plus grand profit !

GRANTHIS : Ce mot étrange veut dire une forme de noeud (comme un repère marquant une étape sur un bâton de bois, NdT). Il y a trois 'noeuds' : le basal, le coeur et le noeud du sourcil.

Avec le temps, chacun doit élever la Kundalini afin de progresser sur les plans spirituel et métaphysique. Élever la Kundalini signifie que l'on doit briser ces noeuds, cela signifie que l'on doit se libérer des convoitises physiques, des désirs physiques, des rancunes. Une fois affranchi du premier noeud, on doit s'affranchir des désirs ordinaires du mental supérieur ; on doit supprimer le snobisme mental, par exemple. Même certaines pensées du mental supérieur concernent l'égoïsme et pour pouvoir progresser, il faut ne jamais perdre de vue que 'la race, la croyance et la couleur ne comptent pas, car tous les hommes saignent rouge'. Et tous les hommes sont égaux au regard de Dieu.

Le troisième noeud sur le plan spirituel c'est de parvenir à son vrai moi, le Sur-Moi, et on est alors très au-delà des limites du corps physique. Quand on rompt le troisième noeud, on n'a plus besoin de revenir sur cette Terre, sauf tout spécialement pour aider les autres.

Il est intéressant de commenter à ce stade que tant que l'on pense à la volonté, à la puissance de la volonté, et à la raison, on est tout aussi lié au corps physique que la personne qui ne pense qu'à l'amour

physique et oublie que le véritable amour est sur le plan spirituel.

Plusieurs personnes m’ont questionné à propos de l’amour sur le plan spirituel ; c’est un amour pur, un amour absolu, et rien ne peut approcher le sentiment d’être avec sa propre ‘âme soeur’ parce que, malgré que la consonance de ce terme — âme soeur — soit horrible, il n’en reste pas moins très vrai et quand on a son âme jumelle au stade du Sur-Moi, on n’est jamais obligé de se réincarner, mais on revient seulement pour aider les autres.

GUÉRISON : Quand nous parlons de guérison notre intention n’est pas de vous indiquer l’onguent fourni par le docteur local. En fait de ‘guérison’ nous voulons parler de l’opération à laquelle se livre le double éthérique au cours du sommeil physique de l’enveloppe charnelle.

Notre corps matériel se fait malmener, maltraiter durant la journée, aussi quand le corps astral s’en évade la nuit, le double éthérique fait le travail de raccommodeur ou raccommodeuse, selon le cas.

Certaines personnes ont un pouvoir de guérison, c’est-à-dire qu’elles possèdent une surabondance d’énergie éthérique qu’elles peuvent passer à une personne qui en manque. Cela ressemble assez à une transfusion sanguine, avec la différence que dans ce cas l’on transfuse l’énergie et la volonté qui est nécessaire pour donner à une personne malade l’envie de guérir.

GUNAS : Il y a trois traits de caractère par lesquels il nous faut tout simplement passer. Nous avons à nous y

engager, progresser à travers eux et nous en défaire, allant toujours de plus en plus haut.

D'abord il y a l'apathie et la négligence. La négligence nous fait ressentir la souffrance de la faim et du froid. De cette souffrance résulte un effort pour manger et nous couvrir. Cet effort produit un plaisir, le plaisir de manger pour apaiser la faim.

De cette introduction au plaisir qui vient avec l'apaisement de la faim naît le désir du plaisir et, par conséquent, une recherche précise du plaisir qui provoque une action énergique qui forme une habitude, et l'habitude de l'agitation.

De l'habitude excessive de rechercher le plaisir, et d'obtenir le plaisir, naît la souffrance et la négligence et le corps en souffre. En recherchant trop le plaisir nous mangeons trop et nous avons de la douleur là où nous ne devrions pas. Cette souffrance nous fait réfléchir — ce qui est tout un exploit en soi ! En réfléchissant, nous découvrons les causes de notre souffrance et nous décidons alors de nous abstenir de ce qui nous a fait souffrir et parfois, nous nous abstenons peut-être véritablement des choses nuisibles. La plupart des gens s'y mettront 'juste une fois encore', mais jusqu'à qu'ils puissent couper leur 'juste une fois', aucun progrès ne peut être fait. Il ne peut y avoir de progrès qu'à partir du moment où nous mangeons pour vivre et ne vivons pas pour manger.

GURU : Ce mot merveilleux, mal compris signifie simplement 'Une personne de grand poids'.

Un Gourou, en termes communément acceptés, signifie : 'Celui dont les paroles sont dignes de

considération'. Un Gourou est un Professeur, un Professeur spirituel, et il lui faut être une âme illuminée ; c'est celui qui a élevé la Kundalini et sait comment l'élever dans les autres.

Quand le disciple est prêt, le Maître apparaît. Le disciple ne peut ni ne doit à aucun prix s'exclamer, comme le font tant de gens : 'Fais-moi voir les Grands Maîtres, qu'ils viennent à moi, et je croirai'. Les Adeptes, qui ont des pouvoirs de perception remarquables, dont les facultés ont été aiguisées et purifiées, ne peuvent rien pour les êtres bêlants qui prétendent être seuls dignes des Grands Maîtres. Ces gens immatures, non évolués, qui exigent qu'un Maître les accepte comme élèves — et bien, ils retardent leur propre progrès.

Cela vaut la peine de faire un commentaire ici pour montrer ce qui se passe. J'ai reçu il y a quelque temps, d'Angleterre, une lettre d'un idiot qui m'écrivait de la façon la plus condescendante qu'il était prêt à accepter Lobsang Rampa pour Maître, si Lobsang Rampa lui donnait une preuve immédiate qu'il était capable de faire tout ce qu'il disait pouvoir faire. La réaction de Lobsang Rampa et de bien d'autres, c'est de jeter ce genre de lettre au panier avec un soupir de pitié pour les auteurs de pareilles sottises.

Un vrai Gourou, au plein sens du terme, est aussi rare qu'un cheval avec des plumes, car le vrai Gourou doit être plus ou moins sans péché, doit être plus ou moins sans sentiment de soi et ne doit avoir aucun désir de renommée. Le pauvre diable doit, en fait, exister presque sans être. Il lui est permis, certes, d'avoir

juste ce qu'il faut pour vivre et pour être décemment vêtu.

Souvenez-vous, souvenez-vous, souvenez-vous : 'Quand l'élève est prêt, le Maître apparaît'. L'étudiant, étant non formé (autrement il ne serait pas un étudiant !) n'est jamais, jamais, jamais en mesure de dire qu'il est prêt à être enseigné. C'est la meilleure preuve qu'il ne l'est pas.

GURUBHAI : Ceci concerne toutes personnes du sexe masculin étudiant sous le même Professeur spirituel. Nous devons aussi donner le nom qui s'applique à une personne du sexe féminin car, de nos jours, le sexe dit faible est souvent plus fort que l'autre en ce qui concerne la spiritualité. Donc, mesdames, si vous étudiez sous la direction du même Professeur spirituel, vous êtes chacune une Gurubhagini.

Les Gourous sont souvent désignés comme 'Maîtres'. C'est complètement, absolument et totalement faux. Un Gourou est un Gourou, 'un conseiller de grand poids', pas un Maître. Un Maître implique que l'on est forcé de faire ce que dit le Maître ; un Gourou conseille et laisse à l'étudiant sa totale liberté d'action. Donc, s'il vous plaît, jamais Maître : Gourou, conseiller, enseignant, professeur, ou autre chose semblable ; mais pourquoi ne pas s'en tenir à — Gourou ?

H

HABITUDE : L'habitude est cette action, ou série d'actions, qui est devenue imprimée sur le subconscient

afin que nous puissions effectuer des opérations ou des manoeuvres même complexes, sans effort conscient ou sans l’intervention de l’esprit conscient.

La vie et les actes de la plupart des gens sont simplement une suite d’habitudes. La plupart des gens pourraient tout aussi bien être des automates ; ils se lèvent tous les matins à la même heure, par habitude, ils font les choses au même moment de la journée, par habitude. Les gens fument — même en sachant que cela tue ! — par habitude.

L’habitude commence comme le fil impalpable d’une toile d’araignée. Le fil est faible et peut être facilement brisé, mais étendons des fils côte à côte de sorte que nous en avons une centaine, un millier, un million et l’on se retrouve immuablement lié, presque impuissant à rompre avec l’habitude sans des efforts réellement déterminés.

Voyez l’habitude comme une série de fils qui ligotent. Remplacez les mauvaises habitudes par de bonnes habitudes. Cela se fera comme pour le remplacement de chaque fil individuellement, plutôt que d’essayer de briser le tout. Vous ne pouvez pas retirer une chose sans la remplacer par quelque chose de plus approprié.

Si vous êtes pessimiste, souriez au lieu de froncer les sourcils ; il est plus facile de sourire. Prenez l’habitude de sourire, prenez l’habitude d’être gentil avec les gens, prenez l’habitude d’être respectable et de tenir votre parole. Bientôt vous serez une personne différente, une personne que tous admireront et respecteront. L’habitude est l’une des choses les plus importantes de la vie ; une bonne habitude nous aide,

mais une mauvaise habitude étouffe notre développement.

HALASANA : On l'appelle parfois la Posture de la Charrue. Il convient d'insister de nouveau sur le fait que tous ces exercices ne font vraiment de bien à personne. On affirme parfois qu'ils développent la discipline spirituelle, mais si l'on a déjà la discipline nécessaire pour faire des noeuds avec son corps, alors sûrement cette discipline peut être dirigée sur des voies beaucoup plus utiles.

Permettez-moi d'affirmer que je considère tous ces 'exercices' comme des inventions de cinglés, conçus pour éloigner une personne du véritable progrès. Mais si vous voulez essayer la Posture de la Charrue, en voici la description :

Étendez-vous sur le dos, les bras parallèles à votre corps et étroitement serrés contre lui. Appuyez vos paumes contre le sol. Respirez profondément (vous en aurez besoin !), puis levez les jambes en l'air et faites-les passer par-dessus votre tête jusqu'à ce que vos doigts de pied touchent le sol par-dessus votre tête.

Soulevez votre corps aussi haut que possible et mettez vos bras autour de votre tête. Cet exercice particulier vous fait prendre la forme d'une charrue archaïque.

Si c'est l'idée de créer des formes pittoresques qui vous tente, il est beaucoup moins fatigant de vous livrer à l'exercice suivant. Dans une pièce obscure, vous avez un mur blanc. Placez vos mains entre une bougie

allumée et ce mur blanc. Avec vos doigts, projetez sur le mur des ombres dont vous variez les formes à l'infini : chats, lapins et autres choses du genre. C'est beaucoup plus amusant et beaucoup plus confortable.

HARI : Les gens donnent parfois ce nom à Vishnou, mais en réalité, Hari veut dire 'enlever'.

L'erreur est née d'une traduction originale parce qu'on attribuait à Vishnou le pouvoir d'enlever les péchés et les fautes par l'amour et la sagesse. Bien entendu, nous seuls pouvons nous débarrasser de nos défauts et de nos péchés, en adoptant la bonne attitude à l'égard de la vie et envers les autres.

Il y a d'autres significations attachées au mot Hari.

HARI BOL : Ceci signifie 'Chante le nom du Seigneur pour être purifié et lavé de tes péchés'.

HARI OM : Ce sens de Hari est celui d'une syllabe sacrée, ou en fait, pour être tout à fait exact, de syllabes sacrées.

Par la répétition de 'Hari Om, Hari Om, Hari Om' quand on est seul, bien sûr, nos propres vibrations personnelles peuvent être augmentées, notre esprit peut être élevé et l'on s'approche plus étroitement de son Dieu.

Un conseil d'ami — ne vous livrez à cet exercice vocal que dans la solitude ; sinon, les gens risquent de vous regarder d'un air soupçonneux et d'envoyer chercher ces hommes en blanc qui... Vous m'avez compris ?

HARMONIE : Il y a Trois Pouvoirs de Divinité établis. L'harmonie est l'un de ces Pouvoirs.

Il est nécessaire que tous les organes du corps humain soient en harmonie les uns avec les autres. Il en résulte une personne qui est bien équilibrée et saine.

Une personne qui a l'harmonie dans son esprit est celle qui a un pur amour et de la compassion pour les autres et cette personne est capable d'aider les autres sans pensée de gain personnel.

Si tous les êtres en ce monde possédaient l'harmonie intérieure ce serait l'Âge d'Or, car il n'y aurait plus aucune difficulté à observer la Règle : 'Fais à autrui ce que tu voudrais qu'on te fasse'.

HATHA-YOGA : Ce n'est qu'une série d'exercices, une façon de se dépenser physiquement. Cette méthode est censée donner une discipline mentale ou spirituelle, ou quelque chose du genre, mais elle n'a trait qu'à des postures du corps et en aucun cas ne doit être prise au sérieux. On doit garder à l'esprit que les véritables Maîtres de l'Occulte, les vrais Adeptes, ne s'adonnent jamais au Hatha-Yoga.

Selon les personnes qui se livrent à ces acrobaties, 'Ha' représente le son de l'air inhalé et le 'Tha' est le son de l'air exhalé.

Les gens vraiment évolués ne se soucient pas de ces tours de cirque sans cirque et de ces exercices stupides qui détournent de l'essentiel — la spiritualité et le désir d'aider les autres.

Ceux qui pratiquent ces exercices ont une idée exagérée de leur propre importance, ce qui prouve bien leur pauvreté spirituelle.

Il existe des systèmes de Yoga consacrés à la perfection spirituelle, bien sûr, mais le Hatha-Yoga n'en fait pas partie.

HSIN : Ceci est un mot chinois qui signifie 'Bonne Foi' et qui veut dire que nous devons agir de façon à ce que ceux qui nous entourent aient du respect pour nous, et que de ce fait notre comportement rehausse au lieu de porter atteinte à la stature de la race humaine.

HSUAN HSUEH : C'est un très profond concept métaphysique et une doctrine qui ont débuté au troisième siècle en Chine. C'est une doctrine d'expériences mystiques qui, à certains égards, ressemble aux mystères égyptiens, mais elle n'est pas souvent pratiquée de nos jours à cause des très longues années d'études qu'elle exige.

Bien sûr, quand on est capable de faire le voyage astral consciemment, on peut aller dans l'astral et y apprendre en l'espace de quelques minutes toutes ces choses qui prennent une vie entière à l'étudiant Hsuan Hsueh.

L'une des épreuves auxquelles l'étudiant devait se soumettre était la suivante : avant qu'un étudiant puisse passer à un grade supérieur, il était *tué* et son astral libéré. Par des méthodes spéciales le sang était maintenu dans le cerveau pour qu'il n'y ait aucunes lésions cérébrales. Mais l'étudiant connaissait dans l'astral de grandes expériences, puis était rendu à la vie.

À son réveil, l'étudiant n'était plus jamais le même ! Sachant ce qu'était l'autre côté de la vie, il était plus

soucieux de ses propres actions, surtout dans la mesure où celles-ci pouvaient affecter la vie des autres.

HYPNOTISME : La plupart des gens ne réalisent pas la terrible force latente dans l'hypnotisme. L'hypnotisme ne devrait jamais, jamais, jamais être utilisé sauf dans les conditions les plus rigoureuses.

Toute personne, à moins qu'elle n'ait été spécialement formée, peut être hypnotisée. Qu'elle soit de nature introvertie ou extravertie n'a aucune importance ; toute personne peut être hypnotisée.

L'hypnotisme est un état d'hypersensibilité. La personne hypnotisée n'a conscience que de la personne qui l'a hypnotisée ; elle est incapable de discerner le bien du mal.

Une personne qui va être hypnotisée croit qu'elle peut l'être. Elle peut ne pas y croire consciemment, mais subconsciemment elle croit qu'elle peut être hypnotisée et ainsi son état de tension aide en fait à l'hypnotiser !

Dans l'hypnotisme, une forme de dissociation se produit. La petite partie de l'entité qui est consciente du bien et du mal est chassée — confinée, restreinte, retirée de la scène des opérations, laissant derrière elle les neuf dixièmes du sub-conscient.

Le sub-conscient est comme un grand lourdaud maladroit qui n'a pas de raison, qui n'est pas capable de discerner le bien du mal, mais qui a en quelque sorte obtenu beaucoup d'informations et le pouvoir d'aller et venir.

Avec le censeur, ou un dixième de l'esprit, hors d'action il n'y a pas de limites à ce que les neuf dixièmes peuvent faire.

L’hypnotiseur peut persuader le sujet — celui qui se fait hypnotiser — que le révolver chargé que ce dernier a dans la main n’est qu’un jouet, un pistolet à eau. Ainsi, si l’hypnotiseur convainc le sub-conscient de la personne hypnotisée que c’est une blague et qu’elle fera gicler l’eau en pressant sur la gâchette, la personne hypnotisée pressera alors sur la gâchette et tuera le sujet visé.

C’est une chose terrible que d’hypnotiser une personne déprimée et de l’assurer qu’elle est maintenant heureuse, parce que cela peut rendre les habitudes névrotiques beaucoup plus fortes et peut conduire au suicide.

La personne qui va dans les soirées et hypnotise juste pour le plaisir de la chose est une menace qui doit être retirée de la circulation et enfermée dans une cellule capitonnée avant qu’on ait à y enfermer ses victimes !

Presque tout le monde peut être hypnotisé et lorsqu’une personne a été hypnotisée plusieurs fois, cette personne peut se voir faire faire absolument n’importe quoi ; ce n’est qu’une question de suggérer une action de telle sorte que la personne hypnotisée croit qu’elle fait bien. Ayant été ainsi persuadée, l’hypnotiseur peut lui faire faire tout ce qu’il veut. Les déclarations du contraire sont simplement destinées à couvrir les terribles dangers qui existent dans l’hypnotisme.

L’hypnotisme est en vérité un crime contre le Sur-Moi, parce que c’est un crime de toucher au mécanisme contrôlé par le Sur-Moi. Il peut amener quelqu’un à s’attirer un Karma qu’il lui faudra payer incarnation après incarnation. Ainsi, si quelqu’un parmi vous désire

hypnotiser, ou se faire hypnotiser, qu’il y repense, et s’en abstienne.

Entre les mains d’un véritable spécialiste — non pas d’un artiste de cabaret — l’hypnotisme peut être utilisé avec succès pour explorer les incarnations passées. Une personne, toujours en présence de témoins, bien sûr, et devant un magnétophone en marche, peut être progressivement hypnotisée et questionnée sur différentes époques, même avant sa naissance sur cette Terre. Cela demande beaucoup, beaucoup d’expérience avant qu’un hypnotiseur puisse entreprendre sans risque ce genre de choses.

AUTO-HYPNOTISME : C’est un processus par lequel une personne est capable de dissocier le conscient et le sub-conscient, et dont la partie consciente agit comme agent hypnotiseur. Sous certaines conditions il est possible de corriger les mauvaises habitudes de caractère et de renforcer les bonnes habitudes. Mais, là encore, on ne devrait pas normalement se livrer à l’auto-hypnose à moins d’avoir d’abord passé un examen médical approfondi pour s’assurer que l’on est sain physiquement et — laissez-moi ajouter — mentalement. L’hypnotisme est une épée à trois tranchants au lieu de seulement deux ou un, et ne doit être touché par personne d’autre que par des experts accrédités.

I

ICHCHHASHAKTI : C’est une façon plus longue de dire ‘force de volonté’. En fait, ce n’est pas seulement le

pouvoir qui nous permet de dire ‘je peux’ et ‘je veux’, mais plutôt quelque chose qui ressemble aux ondes électriques engendrées par le cerveau et qui peut littéralement galvaniser quelqu’un dans une forme spéciale d’activité.

C’est le pouvoir spécial qui permet à l’Adepte, qui respire correctement, d’exécuter la lévitation. La lévitation est tout à fait possible, et plutôt facile à faire, surtout si l’on a vraiment une bonne raison pour cela.

Cette ‘force de volonté’ est celle qui nous rend capables de voir dans l’avenir, ou dans l’avenir probable, et qui nous permet dans une mesure limitée de décréter de futurs événements. C’est le pouvoir par lequel se produisent les prétendues ‘coïncidences’.

Il n’y a aucun terme Occidental exact pour ceci, mais c’est un pouvoir spécial de la volonté qui agit à l’instigation du Sur-Moi qui permet au corps physique et au corps astral de coopérer dans une mesure inhabituelle pour produire certains effets.

IDA : C’est une colonne de nerfs moteurs et sensoriels qui se trouvent sur le côté gauche de la moelle épinière. Ces nerfs, ou faisceaux de fibres, ont une place spéciale dans la relation entre le corps physique et le corps astral. Les fibres s’enroulent et se terminent à la narine gauche. En effectuant certains exercices de respiration, on peut provoquer une palpation (probablement palpitation, NdT) de l’Ida et ainsi réveiller certains centres endormis.

Nous ne nous proposons pas de donner cet exercice spécial de respiration, bien que d’autres soient donnés à la fin de ce Dictionnaire. Donner cet exercice spécial

pourrait faire du mal à quelqu'un qui lit et se hâte sans savoir de quoi exactement il est question. Il faut se souvenir que bien des gens entrent dans une bibliothèque, choisissent un livre et en copient un paragraphe ou deux pour économiser le prix d'un livre ; c'est pour protéger ces gens qui voudraient courir avant de savoir marcher qu'il vaut mieux ne pas décrire cet exercice.

IGNORANCE : L'ignorance est le manque de savoir, le manque de sagesse et si nous n'étions pas si sottement ignorants, nous n'aurions pas tant d'ennuis. L'ignorant n'en sait pas assez pour savoir qu'il ne sait pas. La meilleure façon de l'expliquer pourrait être :

Celui qui ne sait pas et ne sait pas qu'il ne sait pas, celui-là est un sot, évitez-le.

Celui qui ne sait pas et sait qu'il ne sait pas, celui-là peut apprendre quelque chose, enseignez-lui.

Celui qui sait et sait qu'il sait, celui-là est sage, suivez-le.

ILLUSION : La planète où nous sommes est appelée sur d'autres plans d'existence le Monde de l'Illusion, le monde où l'on est trompé par ses sens, le monde où les choses sont très différentes de ce qu'elles semblent être. Ceux qui sont de 'l'Autre Côté' pensent que les êtres sur la Terre ont peur d'aller en Enfer. Eh bien, la Terre est un des enfers, c'est là où nous subissons l'enfer de l'expérience physique et l'enfer des illusions.

Nous considérons ce que nous appelons la Terre comme la chose la plus merveilleuse qui existe. Nous

pensons que l’Univers entier et tous les Univers au-delà du nôtre ont été faits spécialement et exclusivement pour cette Terre ; nous nous croyons les seules créatures vivantes de l’espace ; nous croyons que des millions, des milliards, des trillions et des trillions d’autres mondes sont vides, désolés et placés là pour servir de spectacle à l’Humanité.

Nous pensons être des créatures d’Essence Divine telles qu’on n’en a jamais vu et qu’on n’en verra plus.

C’est une illusion. La Terre n’est qu’un grain de poussière, rien de plus. La Terre est l’un des plus petits grains de poussière dans le ciel. Nous pensons, tandis que nous sommes sur cette Terre, que nous sommes grands et puissants, nous pensons que nos richesses nous achèteront le Royaume des Cieux. Mais il n’y a aucun coin des bonnes affaires au-delà de cette Terre. Nous ne pouvons pas obtenir le salut à prix réduit, nous devons nous débarrasser de l’illusion et en venir au vrai sens des choses. Nous devons nous débarrasser de l’égoïsme et de la luxure, nous devons nous débarrasser de notre dure indifférence pour l’autre personne. Tant que l’on n’est pas prêt à donner de soi-même on ne peut recevoir des autres. C’est une illusion de penser que nous le pouvons.

IMAGINATION : L’imagination est l’image que l’on se fait de ses désirs ou de ses craintes et l’imagination est la plus grande force d’entre toutes, plus grande que la force de volonté, plus grande que l’amour. C’est un lieu commun chez les psychologues que de dire qu’en toute bataille entre la volonté et l’imagination, c’est l’imagination qui gagne toujours et que, si nous

essayons de triompher de l’imagination par une volonté brutale, nous provoquons une névrose. L’imagination l’emporte toujours parce qu’elle conduit à une dépression, si bien qu’elle est toujours victorieuse.

Il ne peut y avoir d’amour sans imagination. On imagine les charmes de la personne aimée, ou bien on imagine qu’on a rencontré son ‘âme soeur’ (aussi rare que les pommes sur un groseillier, sur cette Terre !) et l’on imagine tous les plaisirs d’un amour éternel en étant marié à telle ou telle personne. Soit dit en passant, il faut un peu plus que de la passion animale pour entretenir l’harmonie entre deux êtres.

Si l’imagination dit que l’on ne doit pas faire telle ou telle chose, alors, peu importe sa force de volonté, on ne pourra pas la faire. Pourriez-vous, par exemple, marcher sur une planche suspendue entre deux immeubles, à la hauteur du dixième étage ? Même si la planche est vraiment solidement accrochée, votre imagination surchauffée vous dira que vous allez tomber, et vous tomberez, pour le plus grand plaisir des badauds et le profit des journalistes qui seront certainement présents.

Si vous voulez obtenir des résultats il vous faudra contrôler votre imagination afin qu’elle et son amie la force de volonté travaillent ensemble dans l’harmonie.

INCARNATION : L’homo sapiens qui si souvent manque de cette dernière qualité, n’est que l’un des moyens qui permettent au Sur-Moi d’acquérir de l’expérience. Il y a des gens sur un nombre colossal de planètes ainsi que le reconnaissent actuellement des savants réputés dans tous les pays du monde. Certains

tentent de capter à la radio des messages provenant d'autres mondes, et même en remontant aussi loin que le début de ce siècle, on a un homme très célèbre, Nicholas Tesla, l'un des inventeurs du tube de radio (tube aux États-Unis ou valve en Angleterre) qui annonça avoir reçu des signaux d'une autre planète. Marconi a affirmé la même chose, mais ces deux éminents personnages furent l'objet de telles railleries qu'ils laissèrent tomber leurs recherches à ce sujet comme une pomme de terre chaude — une pomme de terre très chaude. À présent, les Gouvernements des États-Unis et de l'URSS font tout ce qu'ils peuvent pour encourager une reprise de ces recherches. Peut-être que les Communistes veulent convertir quelques planètes de plus au communisme.

Les gens viennent sur cette Terre pour acquérir un genre particulier d'expérience. Selon certains enseignements, la Terre c'est l'enfer !

Une personne vient sur cette Terre pour avoir des expériences fortes qui peuvent être analysées par le Sur-Moi et que celui-ci ne pourrait acquérir en si peu de temps. Les gens viennent sur Terre à maintes et maintes reprises sous tous les signes du Zodiaque et sous tous les quadrants du Zodiaque, un peu à la façon d'un étudiant d'université qui prend des cours en toutes sortes de matières pour équilibrer ses connaissances. Ainsi une personne peut naître sous le signe du Bélier dans une vie et sous le signe opposé dans la vie suivante. Pendant ses incarnations successives, la pauvre âme peut passer par toutes les Maisons ou Signes du Zodiaque et par chacun des quadrants de chaque Signe et aura, de la sorte, acquis l'éventail

complet de toutes les expériences pénibles qui se présentent à un être humain.

Quand on a appris et que l'on n'a plus grand désir de revenir sur cette Terre, on est alors libéré des incarnations sur ce plan terrestre. Ensuite, quand on quitte comme on quitte l'école, on prend le travail pour lequel on a été formé.

INDRIYAS : Ou plus correctement 'Les Dix Indriyas', parce qu'il y a dans le corps humain dix organes par lesquels le Sur-Moi peut obtenir une variété d'informations spécialisées.

Ces organes sont ceux de la perception, les organes de l'ouïe, la vue, l'odorat, le goût et le toucher, et les organes d'action plus directe qui sont les organes de l'excrétion, de la reproduction, de la propulsion (les pieds), du toucher (les mains) et du goût (la langue).

Chacun de ces organes transmet par la moelle épinière jusqu'au cerveau tout ce qui leur arrive. Les informations sont diffusées au Sur-Moi, qui reste ainsi en contact avec tout ce qui se passe et prend conscience de chaque sensation. Quand le système de transmission se détraque, on peut en voir les résultats dans les asiles de fous.

INTUITION : Un processus par lequel le corps physique reçoit un aperçu de quelque chose qui normalement ne peut pas être connu de lui.

Par exemple, quelqu'un peut se trouver sur un trottoir et, subitement, dans un éclair, sentir qu'une tuile va se détacher d'un toit et lui tomber sur la tête. La personne n'a pas vu la tuile, elle n'a pas entendu le moindre bruit

annonciateur, mais elle lève instinctivement les yeux à temps pour éviter cette tuile, qui, en effet, tombe.

Pour les gens qui croient à l'intuition et lui donnent libre cours pour se développer et s'épanouir, ce peut être quelque chose de vraiment très utile. En fait, le Sur-Moi qui n'est pas encore prêt à laisser endommager le corps, peut donner un avertissement préalable d'un danger à venir et qui peut ainsi être évité.

Quand on a l'impression qu'une personne est proche, alors que la personne est peut-être à six ou sept pieds (2 mètres et un peu plus), cela ne signifie pas que c'est de l'intuition, mais simplement que soit la télépathie ou des émanations auriques sont intervenues.

On dit souvent que les femmes ont plus d'intuition que les hommes et si vous jetez un coup d'oeil à quelques-unes des illustrations de *Vous — Pour toujours,* vous constaterez que l'éthérique et l'aura d'une femme ont une forme assez différente de ceux d'un homme et c'est ce qui leur donne une consolation spirituelle. Vraisemblablement, dans le cas de ces derniers, ils espèrent une plus grande intuition.

ISHVARAKOTI : C'est un type inférieur d'Avatar. La personne qui vient sur cette Terre pour le bien d'autrui et qui est normalement affranchi des liens terrestres, et de ce fait n'a pas de Karma terrestre, peut être un Ishvarakoti. Si elle s'occupe des individus sur une petite échelle, c'est certainement un Ishvarakoti.

Un Avatar est beaucoup plus évolué et ne vient pas nécessairement de cet Univers du tout, ni non plus du suivant ou de celui d'après. Un Avatar est celui qui

enseigne et adapte aux conditions actuelles des enseignements très anciens.

ISHWARA : Certaines personnes utilisent ce mot comme signifiant, ou indiquant, Dieu. Ceci est particulièrement vrai chez les Brahmanes.

Le sens exact est ‘Celui dont la volonté est Divine’ ou ‘Donateur Suprême’. C’est un Être Parfait qui a de la compassion à l’égard de l’humanité qui lutte parce que l’Être est lui-même passé à travers tous les cycles de l’existence et sait à quel point ce peut être difficile, et ayant souffert l’Être a de la sympathie et de la compréhension.

J

JAGRAT : Il s’agit de l’état de veille, être éveillé dans le corps par opposition à être endormi dans le corps. Être dans un état où l’on est conscient de ce qui se passe autour de soi, où l’on peut voir, entendre, parler, sentir, etc.

Les gens sont conscients pendant la journée, ils savent ce qui se passe autour d’eux, ils sont capables de vaquer à leurs occupations, mais la plupart d’entre eux perdent cette conscience pendant leur sommeil et il est nécessaire de la garder pour pouvoir voyager dans l’astral consciemment, car le corps physique doit se reposer, mais le corps astral ne nécessite pas de repos — tout au moins pendant encore quelques milliers d’années — et donc, si le corps physique est en train de se reposer et que le corps astral est retenu prisonnier,

ou s’il erre n’importe où sans que rien ne le guide, bien des occasions sont perdues.

JAPA : Un mot qui signifie ‘répétition’. Il n’a rien du tout à voir avec la méditation, mais indique simplement que l’on répète un mot avec l’idée que l’on pourra peut-être se faire aider par d’autres sources. Parfois on le peut !

Au Tibet, les gens avaient l’habitude de marmonner ‘Om, Om, Om’ tout en tournant parfois un moulin à prières. En Inde, les gens réciteront ‘Ram, Ram, Ram’ lorsqu’ils ont très peur ou qu’ils ont besoin de ce Rama qu’ils considèrent souvent comme un Dieu qui se précipitera à leur secours.

De même, dans certaines parties de l’Europe, les gens vont appeler leur propre Dieu à maintes reprises. C’est du Japa.

JATI : C’est le statut personnel de quelqu’un sur le plan physique. Êtes-vous riche ou pauvre, malade ou en bonne santé ? Jati se rapporte uniquement au statut matériel et ne doit pas être confondu avec des standards spirituels. Il faut également mentionner que fort malheureusement ceux qui sont les plus riches matériellement sont souvent des indigents en ce qui concerne les choses spirituelles.

JEN : Mot chinois. Il signifie l’art de son semblable. Cela veut dire être charitable et avoir des sentiments bienveillants envers ses semblables.

Jen est la base des Enseignements de Confucius.

JIVA : Un nom pour l’unité de vie, complète avec corps, esprit, divers sens et tout ce qui constitue un

être humain. Habituellement cette unité, cet être humain, n'est pas conscient des buts de son séjour sur Terre et il fait l'expérience de la naissance, du plaisir, de la douleur, de la mort et de tout ce qui constitue la vie sur Terre.

Fréquemment il se répand en injures contre le destin hostile qui l'a envoyé sur Terre, disant : 'Eh bien, je n'ai pas demandé à naître, n'est-ce pas ?', n'en sachant pas la raison et non préparé à apprendre ce qui doit être appris.

Si les gens savaient combien il est simple de mourir, s'ils savaient que personne n'est jamais rejeté, que personne n'est jamais condamné éternellement, peut-être se diraient-ils : 'Je vais bien m'amuser pendant cette vie, il sera toujours temps de revenir et de remettre les choses en ordre dans la vie suivante'. Alors, ils doivent 'boire de l'Eau du Léthé' pour balayer tous les souvenirs des vies passées, car ce n'est que quand ils auront atteint un certain stade qu'ils pourront savoir.

JNANA : C'est la connaissance, la conscience de la vie au-delà du monde. C'est la connaissance du Sur-Moi, la connaissance de la raison de notre venue sur la Terre, ce que l'on a à apprendre, et la façon dont il nous faut l'apprendre. C'est la connaissance que quoiqu'une vie sur Terre puisse être une terrible, terrible expérience, ce n'est en fait qu'un clin d'oeil en comparaison de la Grande Vie.

Pauvre consolation quand nous sommes ici-bas !

JNANI : C'est une personne qui sait, une personne qui suit le chemin de la connaissance, qui essaie

d’atteindre la Réalité Supérieure et d’échapper aux entraves et aux souffrances de la vie sur Terre. Une personne qui peut approcher ce stade est bien proche de la libération ou de la Bouddhéité.

K

KAIVALYA : Sur cette Terre la plupart des gens ignorent ce qu’ils étaient dans une vie antérieure, ignorent pourquoi ils sont revenus sur cette Terre. Les gens disent : ‘Oh, je n’ai qu’une seule vie à vivre, je vais en profiter au maximum !’ Ce sont des gens aveugles, aveugles spirituellement, aveugles mentalement. Quand ils auront atteint le stade de Kaivalya ils seront conscients de ce qui les attend de l’autre côté de ce que l’on appelle la Mort.

Ce mot, Kaivalya, signifie la libération de l’aveuglement et des folies du monde.

KAMA : C’est le désir, une envie irrésistible. C’est le souvenir des plaisirs et des peines précédemment éprouvés. Ces souvenirs sont souvent à l’origine d’habitudes telles que fumer ou boire.

Une personne fume parce qu’elle établit un rapport entre un certain plaisir et le fait de fumer, ou parce qu’il faut être un fumeur pour se montrer ‘adulte’. Si les gens pouvaient seulement se rappeler à quel point ils se sont rendus malades la première fois qu’ils ont fumé, ils ne fumeraient pas.

Quant aux gens qui s’enivrent, eh bien, c’est terriblement dommage, c’est une idée stupide, en fait,

parce que les boissons alcoolisées chassent le corps astral du physique et je ne blâme pas l’astral de s’évader d’une puanteur telle que celle laissée par l’alcool éventé.

KARMA : C’est une loi très ancienne qui régit la vie de beaucoup d’Orientaux. C’est une très bonne loi à condition de s’y conformer de manière sensée.

Vous entrez dans un magasin et vous achetez un lot de marchandises. Si vous avez de la chance, vous pouvez les avoir ‘à crédit’, mais vous les avez achetées, il faudra un jour que vous les payiez ; vous ne les avez pas pour rien.

Vous passez votre vie et, après cette vie, d’autres vies encore, à faire des choses que vous regrettez aux petites heures du matin, des choses dont vous avez honte quand vous êtes seul, des choses qui ont pu faire du mal à d’autres personnes. Eh bien, c’est dommage, car vous récolterez ce que vous avez semé.

De même, on doit répandre ses bontés sur les autres : ‘Jette ton pain sur les flots et il te reviendra’. Malheureusement, il sera peut-être un peu imbibé, mais ce n’est pas la question. Faites du bien aux autres ; plus vous ferez de bien et plus il devra vous en être rendu.

Si en venant sur Terre vous êtes malheureux, ça veut dire que vous avez rendu des gens malheureux dans une autre vie et que vous êtes payé de retour et quand vous en arriverez à cet heureux, heureux stade de votre dernière vie sur la Terre, vous passerez certainement des heures pénibles, car vous aurez à payer toutes vos dettes. Il en va de même lorsque vous

changez de résidence et que vous vous précipitez chez le boucher, le boulanger et le fabricant de chandelles (ou devriez le faire si vous êtes honnête) pour leur payer ce que vous leur devez. Si vous êtes optimiste, vous pouvez toujours essayer de récupérer l'argent que l'on vous doit, mais ça, c'est une autre histoire. La loi de Karma c'est — Comporte-toi envers les autres comme tu voudrais qu'ils se comportent envers toi, parce que tu devras rembourser le bien comme le mal.

Je crois personnellement que le fait d'avoir adhéré de façon trop stricte à la loi d'incarnation et à la loi de Karma peut avoir été à l'origine de la dégénérescence de l'Inde et de la Chine, car en Inde aussi bien qu'en Chine, les gens s'asseyaient sous les arbres et disaient : 'Ah ! Après tout, j'ai encore beaucoup de vies devant moi ; il m'est permis de m'asseoir comme Ferdinand le Taureau et de sentir le parfum des fleurs dans cette vie.' Et c'est ce qui les a conduit à la paresse.

Quant à la Chine — j'ai effectivement vu ceci : un homme tombé dans une rivière était définitivement en train de se noyer. Les Chinois présents n'en furent pas du tout intéressés ; par la suite il leur fut demandé pourquoi ils ne firent rien pour sauver l'homme en danger. Ils répondirent que s'ils avaient sauvé cet homme DE SON KARMA, ils auraient eu à faire face aussi bien à son Karma qu'au leur. Ainsi, une adhésion trop rigide mène à une insensibilité évidente. On doit suivre la bonne vieille Voie Bouddhiste — pas trop mauvais ou la police sera à nos trousses, et pas trop bon (impossible sur cette Terre !) ou l'on sera trop pur pour rester ici. La Voie du Milieu en toutes choses.

KLESHA : En fait il y a cinq Kleshas parce que ce sont les noms des cinq principales choses qui causent des problèmes aux gens, les font revenir sur Terre encore et toujours jusqu'à ce qu'ils aient éliminé les Kleshas.

Klesha numéro 1 — l'ignorance. Et de l'ignorance découle la vanité. Si l'on est ignorant et vaniteux on est incapable de percevoir ses défauts et de les éliminer.

Le désir de la mauvaise sorte est une autre des choses qui doit être évitée. Convoitez-vous ces choses que vous ne devriez pas convoiter ? Alors attention, elles vous retiennent sur la voie du progrès.

L'aversion est un autre problème indéniable. L'aversion rend difficile le fait de 's'entendre' avec une autre personne, ce qui fait de quelqu'un le piquet carré dans le trou rond, ou est-ce le piquet rond dans le trou carré ? Peu importe lequel, l'un est aussi mauvais que l'autre. L'on doit adopter la Voie du Milieu et ne pas tomber trop souvent amoureux, mais ne pas haïr les gens trop longtemps non plus.

Le goût de la possession est le cinquième problème. On peut les appeler radins, avares, pingres, grippe-sous, c'est une misérable cohorte de toute façon et jusqu'à ce qu'une personne se débarrasse du goût de posséder, cette personne ne peut acquérir, car pour répéter une vieille histoire, on ne peut recevoir que si l'on est prêt à donner.

Les Kleshas sont les choses que l'on doit éliminer avant de pouvoir se libérer du cycle naissance, vie, mort, renaissance.

KOAN : C'est un mot du Bouddhisme Zen. Les Occidentaux ont beaucoup de mal à comprendre le

Koan, car c'est un raisonnement particulier, apparemment dépourvu de toute logique et qui n'a absolument aucun sens. Mais l'étudiant doit le prendre comme thème de méditation et lui trouver une réponse adéquate.

Trouver facilement la réponse est impossible. Mais quand elle vous vient à l'esprit, elle fait généralement l'effet d'un coup de tonnerre ; la réponse vient comme une révélation.

Comme spécimen très, très, très léger d'un Koan, je vous donne ici cet exemple :

'Le disque du gramophone et l'aiguille du gramophone peuvent produire de la musique ; essayer d'écouter la musique du disque sans l'aiguille.'

Cela équivaut à comparer l'abstrait avec le concret ou à discuter d'une question tridimensionnelle avec une personne qui vit dans une seule dimension.

KOSHA : C'est une enveloppe ou un fourreau. Parfois on lui donne le nom de récipient. Dans certains Upanishads, on décrit cinq Koshas. Chacun se trouve à l'intérieur d'un autre. Le plus interne est le corps nourri par les aliments, c'est-à-dire le corps physique, et si vous voulez son nom Oriental, c'est l'Annamayakosha.

Le second est le corps de Prana, et c'est la partie qui tient ensemble l'esprit et le corps. Son nom Oriental ? Pranamayakosha.

Troisièmement, nous avons le fourreau de l'esprit qui reçoit les impressions sensorielles. Il contient l'esprit

supérieur et l’esprit inférieur. Son nom Oriental est Manomayakosha.

Quatrièmement, nous avons le fourreau, ou le corps, de l’intellect ou sagesse. C’est le commencement du Bouddhi et le nom Oriental pour ce quatrième Kosha est Vijnanamayakosha.

Le cinquième Kosha est le corps de la béatitude, qui est souvent appelé l’Ego. C’est ‘Un Fourreau de Joie’ et son nom Oriental est Anandamayakosha.

KOWU : C’est un mot chinois qui signifie l’étude, ou l’investigation, des questions occultes, et la rectification de ce qui a été mal compris dans des études précédentes.

KRIYA YOGA : C’est une branche du Yoga qui comprend trois sections. La première section permet de contrôler le corps et les fonctions du corps.

La deuxième section donne la faculté d’étudier des choses intellectuelles et de développer la mémoire de façon à obtenir du sub-conscient tout ce qui a été précédemment appris.

La troisième donne le désir d’être attentif à ses exigences spirituelles. Elle donne la motivation de mettre de côté les choses de la chair et de progresser par la spiritualité plutôt que par son compte en banque.

En se consacrant au Kriya on peut maîtriser les Kleshas, qui sont le fléau de la vie humaine.

KUMBHAKA : C’est une forme spéciale de respiration, une méthode spéciale ou un mode de respiration. C’est la rétention du souffle entre l’inspiration et l’expiration, et on peut en tirer beaucoup de bénéfice en la pratiquant selon certaines règles fixes.

À la fin de ce Dictionnaire, vous trouverez un chapitre consacré aux différents exercices de respiration et donc nous espérons que vous réussirez à continuer à respirer jusqu'à ce que vous ayez lu cette section ultérieure.

KUNDALINI : C'est une force de vie. C'est LA force de vie du corps. De même qu'une voiture ne peut rouler sans avoir de l'électricité pour allumer le mélange dans les cylindres, de même les humains ne peuvent pas vivre dans le corps sans la force de vie de la Kundalini.

En mythologie Orientale, la Kundalini est assimilée à l'image d'un serpent enroulé sous la base de la colonne vertébrale. Lorsque cette force spéciale est libérée, ou éveillée, elle surgit à travers les différents Chakras et rend une personne consciente des choses ésotériques. Elle éveille la clairvoyance, la télépathie, la psychométrie et permet de vivre entre deux mondes, passant de l'un à l'autre à volonté sans inconvénient.

La Kundalini est une chose vraiment dangereuse et l'on ne doit pas essayer d'éveiller la Kundalini sans la supervision absolument adéquate d'un Adepte. Vous ne pouvez pas le faire en lisant un livre ! Si vous vous en mêlez et éveillez votre Kundalini de la mauvaise façon, cela peut vous conduire à la folie. C'est une des choses les plus dangereuses en ce monde que d'essayer d'élever la Kundalini sans savoir ce que vous faites.

L'individu moyen n'est conscient que pour un dixième. Encore est-ce une estimation flatteuse ! Le fait est que si l'on peut élever la Kundalini, on devient beaucoup plus conscient, on peut dominer les autres. Mais quand on a élevé la Kundalini on perd le désir de dominer les autres pour son propre profit.

Les gens se demandent où est exactement la Kundalini, où est-ce : ‘à la base de la colonne vertébrale ?’

La force Kundalini commence en fait à mi-chemin entre l’organe de la génération et l’organe de l’excrétion. Maintenant que je vous ai donné cette information, je vous conseille de ne pas tenter d’expériences avec la Kundalini à moins que vous n’ayez un vrai Gourou qui peut vous aider, et vous devez avoir la foi absolue en ce Gourou. Si vous n’avez pas de Gourou pour le moment, souvenez-vous — lorsque l’élève est prêt, le Gourou apparaît. Mais seul le Gourou sait si l’élève est prêt ; l’élève, lui, ne le sait pas.

L’histoire d’Adam et Ève avec le serpent et la pomme est simplement l’histoire d’Ève ayant éveillé sa Kundalini.

‘Le serpent tenta Ève’ et Ève suggéra de vilaines, vilaines choses à Adam qui, certes, apprenait vite et mordit de bon coeur dans la Pomme de la Connaissance. Voyez ce qui nous est arrivé à tous, pauvres humains, depuis !

Avez-vous compris ? Ève, la Mère de toute Vie, comme à présent Marie est un terme plus ou moins général pour la Femme partout dans le monde. Le serpent est la force de serpent de la Kundalini, et la pomme est le Fruit de la Connaissance. Aussi, ne touchez pas à la Kundalini, ou elle vous mordra le cerveau.

KUTHASTHA : C'est le moi, le véritable Sur-Moi, cette partie de nous qui est au-dessus de tous les éléments changeants du monde.

C'est la partie de nous qui nous permet de ressentir de l'amitié à l'égard de ceux qui seraient capables de nous faire du mal.

Vous pouvez imaginer que ce Kuthastha est celui/celle qui se tient tout en haut et regarde vers le bas, supervisant vos actions ; vous pouvez le considérer comme l'Ange Gardien qui surveille toujours pour voir ce que vous faites.

Le Kuthastha c'est ce qui se tient au-dessus de toutes les illusions, ce qui ne peut être ni trompé ni induit en erreur. C'est ce que finalement vous aurez à devenir.

L

LAMPE : Pour l'Oriental une lampe est très semblable à la vie. Une lampe est allumée, la flamme vacille pendant une brève période, puis lorsque le combustible est épuisé la flamme diminue et meurt, et il peut y avoir une légère trace de fumée laissée par la mèche encore fumante.

Une lampe est souvent utilisée dans les Enseignements Orientaux pour symboliser la flamme de la vie, pour symboliser l'impermanence de l'existence sur Terre, et aussi pour symboliser que nous, par cette vie sur Terre, devrions apporter un peu de lumière à ceux qui nous entourent.

Un Oriental spirituellement évolué est souvent comparé à une lampe qui se trouve dans une

atmosphère sans tirage, où il n'y a aucun courant d'air turbulent pour faire vaciller la flamme.

On dit aussi fréquemment en Extrême-Orient qu'il vaut mieux allumer une chandelle que de maudire l'obscurité, ce qui signifie que même la petite lueur d'une chandelle vaut mieux que pas de lumière du tout. Ainsi, chacun de nous, aussi nouveaux que nous soyons sur le Sentier de la Spiritualité, pouvons apporter notre contribution à l'évolution de l'humanité en montrant la lumière de notre spiritualité, de sorte que ceux qui tentent de suivre notre exemple puissent avoir leurs pas guidés par la lumière que notre propre conduite et notre propre spiritualité peuvent leur apporter.

Cela vaut la peine de rappeler que les prétendus gestes de suicide des moines bouddhistes qui s'arrosent de pétrole et y mettent ensuite le feu, obéissent ici encore à une vieille maxime bouddhiste selon laquelle il vaut mieux éteindre la flamme de la vie que de voir la flamme de l'esprit souillée et avilie. Ainsi le moine bouddhiste, ou la nonne, qui se fait brûler à mort comme une lampe humaine croit qu'en ce faisant, il ou elle fait un noble geste de protestation contre les diaboliques falsifications des droits de l'Homme, droits de croire en ce que l'on veut et d'adorer le Dieu que l'on veut.

En écrivant mes livres, qui sont des livres vrais — tout ce que j'ai écrit est vrai et le résultat de ma propre expérience personnelle, soit dit en passant — permettez-moi de répéter qu'en écrivant mes livres, particulièrement en écrivant *Vous — pour toujours* et ce livre-ci, je me sers de ma devise 'J'allume une chandelle', dans l'espoir que même cette faible lueur

puisse se révéler une aide et guider ceux qui ne savent de quel côté se tourner.

LAYA : La Kundalini, qui, ainsi que nous l'avons vu, est aussi appelée La Force du Serpent, se trouve sous la base de la colonne vertébrale, prête à se dresser et à épanouir une personne dans la conscience des choses psychiques.

Le Laya Yoga est une méthode de Yoga spécialisée dans 'l'élévation de la Kundalini'. On se sert de divers tantras et mantras pour augmenter les vibrations physiques et donc — en quelque sorte — donner à la Kundalini endormie une vigoureuse secousse pour la réveiller.

Encore une fois, s'il vous plaît considérez cet avertissement que l'on ne doit pas essayer d'élever la Kundalini sans une connaissance absolue de ce que l'on fait. Élever la Kundalini sans une supervision adéquate peut conduire à la folie, peut conduire à des choses terribles se passant à l'intérieur de l'esprit, peut conduire une personne directement dans un asile psychiatrique ; mais c'est encore pire que cela, parce qu'une personne peut faire des choses épouvantables avant d'être conduite dans un asile d'aliénés.

Faire surgir la Kundalini, c'est élever son quotient intellectuel. C'est que, au stade actuel de l'évolution, l'Homme est pour neuf dixièmes sub-conscient et seulement pour un dixième conscient, ce qui fait qu'en élevant la Kundalini il peut devenir conscient pour quelques dixièmes de plus, et cela revient à mettre un jeune garçon aux commandes du tout dernier

bombardier supersonique qui est déjà tout chargé et prêt à décoller.

En tant que quelqu'un qui sait, quelqu'un qui a beaucoup vu, beaucoup souffert, et beaucoup appris, s'il vous plaît considérez soigneusement mon avertissement : n'essayez pas d'élever la Kundalini jusqu'à ce que vous sachiez précisément ce que vous faites, et jusqu'à ce que vous ayez un Gourou qualifié, pur d'esprit à vos côtés qui soit prêt à vous superviser et vous protéger de votre moi nouvellement éveillé. Les gens ont encore beaucoup de mal en eux et si la mauvaise partie d'une personne s'empare de la Kundalini, les problèmes surgissent.

LÉVITATION : La lévitation est une chose tout à fait réelle, et non pas quelque chose qui relève de la Science Fantasy ou de la Science Fiction ou de ce qu'il vous plaira de la nommer ; ce n'est pas le fantasme de quelqu'un qui a trop bu ! Les gens qui n'ont jamais vu un dirigeable du type ballon à gaz seraient incapables de croire qu'une si vaste structure puisse s'élever dans les airs et s'y déplacer. Considérons, par exemple, l'impression ressentie par les gens qui n'ont jamais vu un dirigeable, qui n'ont jamais entendu parler de voyages aériens ; s'il leur était donné de voir subitement un zeppelin ou un de ces dirigeables Goodyear voguant à travers le ciel et jetant peut-être par-dessus bord quelques sacs de sable pour s'alléger, ils n'en croiraient pas leurs propres sens. Pourtant, cela n'est pas aussi simple que la lévitation.

De nombreuses tribus d'Afrique étaient incapables de croire qu'un navire en métal puisse flotter sur l'eau. La

chose évidente pour eux était qu'une pièce de métal ne pourrait que couler et donc les gens de l'intérieur ne pouvaient pas croire aux navires en métal jusqu'à ce qu'ils en aient réellement vus.

Nous, 'gens éclairés', savons comment fonctionnent les ballons à gaz, nous savons comment de lourds navires en métal peuvent flotter, et ainsi nous pouvons regarder de façon hautaine ces indigènes ignorants qui s'enfuient de peur.

La lévitation est accomplie par une forme de respiration très spéciale qui en fait élève la fréquence des oscillations moléculaires du corps, de sorte qu'il est capable de susciter une forme de contre gravité. Il faut être très expérimenté pour contrôler la hauteur à laquelle on veut s'élever ; sinon, autant dire adieu à nos amis et à nos relations avant d'entreprendre une lévitation.

En Orient, dans les grandes lamaseries et les temples où l'on enseigne ce genre de choses, toutes les pratiques sont d'abord menées à l'intérieur, de sorte que le pire qui puisse arriver à un novice soit de se frapper la tête au plafond, ce qui lui enseigne souvent à étudier plus assidûment.

La lévitation ne peut se faire lorsqu'il y a des moqueurs qui regardent bouche bée, parce qu'elle exige de la concentration et une forme spéciale de respiration. D'ailleurs, pourquoi se livrerait-on à la lévitation alors que l'on peut si aisément se déplacer en avion avec ses bagages et la présence d'une jolie, ou pas si jolie, hôtesse de l'air (tout dépend de son âge et de son sexe !) qui vous tient la main quand on se sent nerveux ?

Certains lamas, avant l'invasion du Tibet par les Communistes, étaient capables de franchir de longues distances à une allure fantastique. C'est parce qu'ils étaient capables d'exécuter une forme mineure de lévitation, de sorte que leur poids étant considérablement diminué, ils pouvaient faire des bonds de peut-être cinquante pieds (15 m) à la fois. C'est ainsi qu'ils avançaient par enjambée de cinquante à cent pieds (15 à 30 m).

Sous certaines conditions, un lama qui est désespérément malade peut utiliser une forme modifiée de lévitation pour se soulever de terre afin de pouvoir faire face à une urgence. Bien entendu, il devra payer pour cela par la suite, mais l'énergie peut alors être récupérée par petites tranches réparties sur environ une semaine.

LI : C'est un mot chinois qui a deux significations.

Li dans un sens signifie rituel, ou normes de conduite — les cérémonies que l'on utilise pour se mettre dans l'état d'esprit favorable à ses convictions religieuses.

Cela peut aussi signifier 'règle de conduite', le fait de faire ce qui doit être fait, et ne pas faire (aussi amusant que ce puisse être !) ce qui ne doit pas être fait.

Le deuxième sens de Li est relié à la raison et à ce qui est parfois connu dans le monde occidental comme 'Les Vérités Éternelles' et que nous devons tous apprendre avant de passer à des choses supérieures, tout comme nous devons apprendre le code de la route avant de pouvoir obtenir un permis de conduire.

Assez curieusement, il existe un troisième ensemble de significations pour Li qui est tout le contraire du bien

vivre, tout le contraire de la droiture. Elle concerne, plutôt, les intérêts égoïstes.

Li est inclus dans ce Dictionnaire parce que vous allez rencontrer ce mot si vous étudiez sérieusement les questions occultes. Par exemple, Li Hsueh Chia est une forme particulière de l'étude de Li. Les Orientaux à tendances occidentales l'appellent le Néo-Confucianisme. Mais si vous n'avez pas l'intention d'étudier l'occultisme en profondeur et de couvrir un domaine différent, vous pouvez oublier ce mot.

LIBÉRATION : Le terme Oriental est Moksha ; il sera donc mieux de se référer à ce terme, Moksha, pour le sens de libération.

LILA : Certaines sectes de croyance Orientale considèrent que Dieu, un grand Être que personne ne peut très bien visualiser ni comprendre, créa comme un jouet ce monde et tous les autres mondes avec tout ce qu'ils contiennent, et que des parties de Dieu entrèrent dans les marionnettes que sont les humains, les animaux, les arbres, et les minéraux. Ainsi l'essence de Dieu peut vivre dans toutes les créatures vivantes, acquérant l'expérience de l'expérience de toutes ses créatures.

En vertu de cette croyance, Dieu a parfois besoin d'une autre personne pour voir ce qui arrive à certaines de Ses marionnettes défectueuses, certains de Ses petits animaux, certains de Ses petits humains, et n'oublions pas que les humains sont encore des animaux.

Dieu, voulant une autre personne pour voir ce qui passe, ferait alors appel à une personne spéciale, un

Avatar. Souvent, une personne ne peut pas voir la forêt à cause des arbres et il est bien connu que le spectateur voit mieux le jeu que le joueur qui est trop occupé. Ainsi l'Avatar vient en spectateur voir ce que le joueur éprouve de la difficulté à voir.

Vous trouverez plus de détails au sujet de l'Avatar à la lettre A.

Lila signifie aussi ce qui est relatif, ce qui se compose de temps, d'espace, etc. En d'autres mots, ce qui a trait plutôt à l'abstrait qu'au concret.

LINGA : En fait, c'est un signe représentant Shiva, mais il est aussi utilisé pour indiquer un symbole phallique.

Il y a très, très longtemps, les habitants de la Terre eurent la très intéressante tâche de la peupler aussi vite que possible. C'est ainsi que les prêtres, qui pensaient que plus ils auraient de sujets plus ils auraient de pouvoir, formulèrent un ordre et l'appelèrent Ordre Divin. L'ordre était que chacun se devait d'être fécond et de se reproduire. Les gens eurent des hordes d'enfants parce que cela renforçait les tribus individuelles et plus la tribu était grande, plus elle devenait puissante. Ainsi, selon les 'Instructions Divines' des prêtres, les guerriers des grandes tribus envahirent les petites tribus, en tuèrent les hommes et capturèrent les femmes pour que ces femmes puissent être utilisées pour faire encore plus de jeunes hommes pour la tribu qui, à leur tour, pourraient guerroyer et capturer de plus en plus de petites tribus. C'est ce qu'on appelle également la civilisation.

L’organe masculin, ou sa représentation, devint alors un objet de grande adoration et aujourd’hui, dans diverses parties du monde ces piliers de pierre sont considérés avec respect et vénération. C’est un fait amusant de noter que les coupoles, les minarets des mosquées et des temples, de même que les flèches des églises chrétiennes sont des symboles d’origine phallique.

En Irlande, qui est un très vieux pays en vérité, il existe ce qu’on appelle des ‘tours rondes’. Ces tours, cylindriques, et parfois plus grandes que des tours d’église, avaient un sommet arrondis. C’étaient des symboles phalliques, des symboles de fertilité, des symboles pour que l’on n’oublie pas que plus une nation est nombreuse plus elle devient puissante et plus il lui est facile de conquérir de plus petites nations.

Lorsque les Irlandais se convertirent au Christianisme, ils trouvèrent à leurs tours rondes de symbole phallique un nouvel usage ; ils prirent l’habitude de monter un escalier spéciale à l’intérieur de la tour et d’y faire le guet à partir de son sommet afin de voir si des envahisseurs venaient voler des choses sur leurs terres ou capturer des gens pour être utilisés comme esclaves. Les tours rondes furent très utiles pour repérer les prédateurs Anglais qui considéraient la chasse à l’Irlandais presque comme un sport national. Il va sans dire que les Irlandais ne prenaient pas un tel ‘sport’ à la légère.

Tandis que nous sommes sur ce sujet, il peut être intéressant de mentionner qu’en plus du symbole phallique de l’organe masculin, il existe aussi des symboles sexuels de l’organe féminin. En Orient, les

fenêtres, les portes, etc., ont la forme de l'organe féminin !

LOI : On s'y réfère le plus fréquemment en tant que la Noble Voie Octuple. C'est un code de vie complet, un ensemble de règles par lesquelles les gens peuvent vivre selon la Règle D'Or : 'Fais comme tu voudrais qu'il te soit fait'. En suivant 'La Loi' on peut parvenir à un état bouddhique de la même façon qu'un Chrétien, en suivant les Dix Commandements, peut progresser spirituellement.

Naturellement, aussi bien que la Noble Voie Octuple, ou 'La Loi' qui s'y réfère, il y a d'autres lois, les lois de la nature, les lois de la vie elle-même. Elles ne peuvent pas être ignorées, parce que les lois de la nature déterminent quelle sorte de corps un homme ou une femme aura, et les lois de la vie nous disent que l'on doit suivre certaines règles pour que le corps physique puisse continuer jusqu'à ce que sa tâche sur cette Terre soit accomplie.

C'est un fait que toutes les lois de l'Homme sont faites pour l'Homme. Les lois sont faites pour gouverner la multitude, la masse des gens qui autrement n'ont aucun repère, aucune indication, et n'ont pas encore atteint la position où ils peuvent vivre selon des lois supérieures. On doit se rappeler que quand on a affaire à un Avatar, on traite ici avec une personne qui n'est pas soumise aux lois du monde, parce qu'elle a progressé au point de pouvoir suivre plutôt les lois de l'univers, ou de l'univers au-delà.

LOKA : Un Loka est un plan d'existence, un plan qui est un monde complet pour celui qui s'y trouve. Nous,

sur cette Terre, sommes des créatures solides les unes pour les autres. Les ‘fantômes’ sont des créatures solides pour d’autres ‘fantômes’. Tout est solide et substantiel pour les créatures, ou êtres, ou entités qui vivent dans un monde particulier ou plan d’existence.

Il y a divers Lokas, divers plans d’existence. Il serait trop long de les énumérer tous, mais, purement à titre d’exemple, souvenons-nous qu’il y a le monde physique de la Terre et ce monde qui nous est invisible tant que nous sommes sur la Terre, mais qui devient solide pour nous lorsque nous entrons dans l’astral.

Quand nous sommes dans l’astral, c’est un monde solide, matériel, pour nous. Et alors c’est le plan au-dessus qui devient pour nous ce que le monde astral était pour nous quand nous étions dans le monde physique de la Terre. Plus nous voyageons haut, plus grand est le taux de vibration de nos molécules physiques et spirituelles.

Un Maître peut voir n’importe lequel des Lokas jusqu’à sa propre position dans l’évolution aussi nettement qu’il peut voir les choses de la Terre. Vous allez tous découvrir que quand vous aurez astiqué vos halos et quitté cette Terre, vous vous retrouverez dans le troisième Loka, là où vous constaterez que les gens ne sont pas aussi fourbes, pas aussi méchants et pas aussi irresponsables que ceux de cette Terre, qui est l’un des enfers les plus bas.

LOTUS : Le Lotus symbolise beaucoup de choses pour l’Oriental. C’est un symbole sacré des religions Extrême-Orientales, tout comme le crucifix est un symbole pour un Chrétien.

Le Lotus est une plante qui pousse dans les eaux les plus sales et les plus boueuses, il pousse dans les environnements les plus dégoûtants et pourtant, aussi dégoutants que soient ces environnements, le Lotus reste pur et sans tache, non contaminé par ce qui l'entoure.

La feuille de Lotus repose sur l'eau, mais ne devient pas humide. Le Lotus n'est pas du tout mouillé par l'eau, ce qui peut être pris comme un symbole de non-attachement, sujet que nous verrons plus loin.

Les pétales du Lotus ont une signification spéciale et l'Oriental s'écarte de la ressemblance physique proprement dite en se référant à un Lotus aux mille pétales, par exemple. Il y a le Lotus du Coeur et le Lotus aux mille pétales du Cerveau, et si vous progressez dans vos études et votre spiritualité, il se peut qu'un jour une personne place une offrande de respect à vos Pieds de Lotus. Cela ne signifie pas que des racines ont subitement poussé à la place de vos extrémités humaines habituelles ; cela signifie, plutôt, que pour quelque raison particulière vous avez été élevé dans l'estime d'une autre personne et que vous occupez maintenant le statut d'un Être Divin.

Si vous survivez à cela et si vous progressez encore plus loin, vous pourriez découvrir que vous en êtes au Lotus des Yeux, ou encore au Lotus d'une autre partie de votre anatomie. Ne vous en faites pas, c'est à prendre comme un compliment.

La signification du Lotus, donc, est simplement ceci : le Lotus est connu comme la fleur parfaite, avec un arrangement parfait de ses pétales et de ses feuilles. C'est une plante qui fait partie, et pourtant reste

éloignée, de son environnement. Il demeure propre et sans tache dans des conditions qui contamineraient toute autre chose. C'est un symbole de pureté qui était à la portée même des plus ignorants et des plus déshérités de l'Orient.

M

MACROCOSME : C'est un mot qui veut dire le monde plus grand ; le monde qui est au-delà de la limite des choses charnelles de cette sphère que nous appelons 'la Terre'.

Quand nous sommes dans notre corps, nous sommes dans le 'petit monde' ou, en terme technique — 'Microcosme'. Le préfixe 'micro' veut dire petit, tout juste comme 'macro' veut dire grand.

Quand nous sommes dans ce monde, nous sommes sur un très petit monde, notre existence entière est une très petite chose, nous sommes les habitants du Microcosme. Nous sommes très comparables à de repoussantes petites larves, ou chenilles, qui vont devenir plus tard des papillons. Une chenille est confinée au sol, à des tiges et des feuilles, mais en tant que papillon elle peut s'élancer dans de nouvelles dimensions. Ainsi en est-il de nous quand nous quittons cette forme de vie minuscule dans laquelle nous existons ; nous entrons dans le Macrocosme.

MAGIQUE : Le magique est simplement une distorsion de faits scientifiques mal compris, ou de faits que le

savant, dans son aveuglement, n’est pas capable de comprendre.

Pour le sauvage, piloter un avion est magique. Pour l’Occidental, à peine moins sauvage, la lévitation est magique. Ce qui est impossible aujourd’hui, parce que la ‘science’ ne peut l’expliquer par certains faits stéréotypés, est magique. Quand la science finit par rattraper le magique, alors le magique cesse d’exister et se transforme en ‘fait scientifique’.

Le curare était autrefois la magie des sorciers de tribus sauvages. La science disait que c’était de prendre ses rêves pour la réalité, mais quand la forme Occidentalisée de sorcier, qui se qualifie lui-même de savant, examina la question, il découvrit dans son laboratoire chimique le curare, et c’est alors que la chose devint plus respectable.

Ne vous laissez pas induire en erreur par la ‘magie’. Il s’agit simplement de choses que certaines personnes douées peuvent faire aujourd’hui et que le savant empoté peut ne pas être capable de faire avant une centaine d’années.

MANAS : C’est le pouvoir de la pensée d’un humain. Les êtres humains possèdent une certaine puissance tout comme une batterie a de la puissance. Si une personne ne sait pas comment utiliser le pouvoir d’une batterie, c’est tout comme s’il n’existait pas. Mais si l’on sait comment brancher des fils à une batterie, on peut alors faire beaucoup de choses intéressantes avec celle-ci, ou avec la puissance de celle-ci. La même chose s’applique à l’humain ; quand on est capable à volonté d’exploiter le pouvoir de la pensée d’un être

humain, on peut faire beaucoup de choses qui sont normalement difficiles. Quand une personne est convenablement formée, elle peut s'adonner à la télépathie, la clairvoyance, la psychométrie, le voyage astral, etc.

À l'heure actuelle, l'homme moyen est dans la position d'une voiture qui contrôle le chauffeur au lieu que ce soit, comme ce devrait être, le chauffeur qui contrôle la voiture. Un humain qui n'est pas capable de maîtriser sa puissance de pensée est un humain aveugle, mutilé et qui ne vit pas réellement !

Pensez à un dictateur excitant l'hystérie collective d'une foule et l'utilisant selon ses désirs. Pensez à l'hystérie collective d'un public de football. Tous les gens ont leur esprit fixé sur une seule chose et si un petit incident se produit qui déclenche leurs réactions mentales, quelque chose de vraiment vilain peut se produire.

Quand il y a une grande foule de gens qui pensent à un sujet commun, chaque personne amplifie la puissance de pensée de l'autre et c'est ainsi qu'elle se voit grossir comme une boule de neige grossit quand elle dévale une pente. Les dictateurs savent cela ; ils placent des gens excitables ou hystériques dans une foule, et la foule, suivant leur exemple, entre bientôt dans une frénésie d'enthousiasme, de rage, ou de quoi que ce soit d'autre que souhaite le dictateur.

Manas peut agir à la manière de la télépathie, il peut provoquer une hystérie collective et peut faire qu'une foule pense et agisse comme un seul homme.

MANIPURAKA : C'est l'un des Chakras. Celui qui se trouve au niveau de l'ombilic, ou nombril. C'est le troisième des sept centres généralement reconnus de la conscience Yogique et en terminologie ésotérique, on l'appelle La Roue ou Le Lotus. Ce nom vient du fait que pour un clairvoyant, ou celui qui peut voir dans l'astral, des 'pétales' s'épanouissent autour de l'ombilic, et selon la façon de voir de chacun, on peut parler d'une roue avec ses rayons en rotation, ou d'un Lotus ondulant sous la brise éthérique.

Une personne de bonnes intentions et qui est vraiment pure aura ses pétales de Lotus ou ses rayons de la Roue, comme il vous plaira de l'appeler, d'une couleur verte. Cela indique que la personne est capable et désireuse d'apprendre et d'aider les autres autant que possible.

Au fur et à mesure qu'une personne s'élève sur l'échelle de l'évolution, ses pétales deviennent de plus en plus jaunes, montrant une spiritualité et une dévotion croissantes.

MANTRA : En fait, un Mantra est un nom particulier pour Dieu, mais l'usage commun en a fait maintenant autre chose ; c'est une forme de prière, c'est la répétition de quelque chose de sacré grâce à quoi l'on acquiert du pouvoir. Si l'on répète un Mantra consciencieusement et avec recueillement, on obtient la purification de pensée.

Un Mantra ne doit être utilisé que pour le bien et jamais pour le mal, car il existe un vieux proverbe qui dit que 'Celui qui creuse la tombe d'un autre pourrait bien y tomber'. C'est ainsi que les Mantras doivent être

utilisés seulement pour le bien, ils doivent être utilisés seulement de façon désintéressée et pour aider les autres.

La Bible Chrétienne dit que la foi peut déplacer des montagnes ; on peut en dire tout autant pour un Mantra. Un Mantra correctement utilisé est très, très efficace et plus il est utilisé, plus il accumule de puissance. Voici une très simple illustration sur la façon dont il accumule la puissance en question :

Un violoniste joue une certaine note sur son violon. S'il ne fait que toucher la note, il n'obtient qu'un son, mais s'il persiste sur la même note, il peut faire voler un verre en éclats, parce qu'en maintenant cette note il provoque dans le verre une vibration qui est finalement plus grande que ce que son élasticité peut supporter et donc, il se brise. De la même manière un Mantra augmente la vibration pour le bien ou pour le mal, mais quand c'est pour le mal, cela se retourne souvent contre qui l'a prononcé.

Voici un Mantra, ou une Invocation Sacrée : 'Om Mani Padmi Hum', ou, comme disent les Indiens : 'Ram Ram Ram'.

Il faut savoir que tous les sons et les mots peuvent influer sur la matière, peuvent même influer sur les objets inanimés. Tout le monde a probablement entendu l'expression 'Le triomphe de l'esprit sur la matière'. Eh bien, c'est exact, les Mantras influent sur la matière selon les pensées de l'esprit humain.

MANU : Selon certaines croyances Orientales, le dirigeant de ce monde est le Manu du monde, le

Législateur du monde, celui qui dirige les choses, qui contrôle les choses.

Il est évident qu'un seul Manu ne pourrait s'occuper adéquatement des différents pays avec leurs différents types de populations, ni non plus s'occuper de toutes les différentes villes, etc. Aussi, selon la tradition ésotérique, il y a toute une série de Manus et de sous-Manus. Vous pouvez vous représenter cela de la façon suivante :

Le monde est une grande firme avec de nombreuses filiales, des filiales dans toutes les grandes villes du monde, et des superfiliales dans tous les pays du monde. Ensuite, imaginez que le Manu du monde (qui n'est pas Dieu !) est le Président ou le Directeur Général. C'est lui qui sera responsable de la politique générale, qui exercera le contrôle sur tous les autres 'directeurs'.

Toutes les filiales des villes ou des pays auront un directeur général qui, bien que libre d'avoir sa politique à l'intérieur de certaines limites, aura aussi à suivre les instructions de base du Directeur Général ou Directeur de l'entreprise.

Il y a un Manu de Londres, il y a un Manu de, disons, Birmingham, Brighton, Hull, tout comme il y a un Manu pour New York, Pasadena et Santa Fé. Il y a un Manu pour tout endroit et il y a des Manus plus importants qui supervisent et s'occupent des pays dans leur ensemble.

Si vous vous mettiez à l'astrologie vous découvririez que chaque ville et chaque pays sont sous différents signes astrologiques. Nous disons que tel pays est

Poisson, ou Bélier, ou Taureau, alors qu’en fait nous nous référons aux caractéristiques fondamentales du Manu. De même, les caractéristiques d’un Directeur Écossais seront tout à fait différentes des caractéristiques d’un Directeur Cubain.

Un Manu, donc, est quelqu’un qui est passé à travers des séries d’existences en tant qu’humain, qui a vécu et fait l’expérience des difficultés de l’humanité, pour ensuite, en progressant, être nommé dans un certain pays ou une certaine ville.

MAUNA : Se tenir tranquille, ne pas trop parler. Trop de gens s’en vont racontant partout leurs exercices de Yoga, ou leurs opérations, ou les ennuis qu’ils ont avec leur femme ou leur mari. Trop de gens parlent de leur études ésotériques, racontent avec qui ils étudient et pourquoi, etc., etc.

C’est dommage que les gens parlent tant, parce que parler de ses connaissances dissipe le pouvoir et apporte à l’étudiant toutes sortes de difficultés. C’est comme conduire une voiture qui a un gros trou dans son réservoir d’essence.

Les gens parlent bien trop ; ils ne font que babiller et bavarder. La plupart des gens entendent quelque chose et se mettent immédiatement à en parler, montrant que dans leur esprit il n’y a aucune capacité d’accueillir les connaissances.

Un étudiant qui parle trop prouve définitivement qu’il ou qu’elle ne progresse pas dans la bonne voie. L’étude est une chose privée, les progrès d’une personne sont une chose privée, et si donc vous voulez progresser,

taisez-vous et ouvrez les oreilles. C’est la seule façon de progresser.

MAYA : Maya est ce qui trompe, ce qui obscurcit la clarté de vision d’une personne, lui donnant des illusions, des illusions qui fréquemment lui font croire qu’elle est beaucoup plus importante qu’elle ne l’est réellement. Il se peut que la personne ait tant parlé qu’elle se soit convaincue de sa propre importance !

Maya est l’un des gros obstacles auxquels nous devons faire face. Cette Terre est le Monde de l’Illusion, le Monde de Maya, et nous devons nous débarrasser de nos illusions et faire face à la réalité avant de pouvoir passer à un stade supérieur d’évolution.

MÉDITATION : La méditation est une méthode pour mettre son esprit en ordre, l’entraîner, le développer. Méditer, c’est penser à un certain objet, ou sujet, ou matière, afin d’apprendre tout ce qu’il y a à savoir à son sujet.

On peut méditer sur une plante et visualiser alors la graine plantée dans la terre. On médite sur la graine et l’on voit alors craquer la couche extérieure et la première poussée hésitante de la vie à l’intérieur, le tâtonnement aveugle de la petite vrille se tordant à travers la Terre, s’élevant vers la lumière.

On peut voir monter cette petite vrille comme un fil blanc, puis émerger du sol et devenir verte ou brune, grandissant, devenant adulte, et plus tard répandant des graines qui tomberont autour d’elle ou seront picorées par les oiseaux, ou pourront même être transportées dans les airs par les vents pour être plantées au loin.

Nous pouvons voir ces graines tomber aussi sur la terre, être enterrées et croître à leur tour.

La méditation nous permet, lorsque nous y sommes entraînés, de rechercher le motif interne, de sonder ce qui ne pourrait être connu autrement. Il ne s'agit pas de concentration, car la concentration est quelque chose de totalement différent.

MÉDIUMS : Les médiums ? Eh bien, que sont-ils ? Il y a deux sortes de médiums ; la diseuse de bonne aventure des rues écartées qui peut d'une certaine façon, par une bizarrerie de son esprit, recevoir parfois des 'révélations' provenant de l'autre côté de la mort. Ces voyantes sont illettrées, sans méthode et ne sont pas constamment médiumniques. Elles sont dans la même situation que le sorcier sauvage qui possède un certain pouvoir psychique, ne peut pas dire pourquoi, ni non plus n'est intéressé à savoir pourquoi, se contentant de posséder le pouvoir.

L'autre type de médium est un homme ou une femme cultivé, dont l'évolution est déjà très avancée et qui est peut-être sur Terre pour la dernière fois. Cette personne sera médiumnique la plupart du temps.

Le fait qu'une personne ait des dons de voyance, de télépathie ou des dons médiumniques ne veut pas dire pour autant qu'elle soit bonne. Cela veut simplement dire qu'elle est un peu différente. Un chanteur peut avoir une voix admirable, mais il aura cette voix admirable qu'il soit un homme bon ou un mauvais homme ; son caractère n'aura aucun rapport avec sa voix. Il en est ainsi des médiums — on trouve de mauvaises personnes qui sont des médiums, tout juste

comme on peut avoir un médium chez le saint ‘de la porte à côté’.

Un médium maléfique c’est l’imposteur, une personne qui abuse des gens crédules et prétend avoir des pouvoirs qu’elle ne possède pas. Elle peut être une bonne psychologue qui traduit en termes différents ce que le client vient juste de lui dire !

Il convient de préciser ceci : une personne n’est pas un médium simplement parce qu’elle dit qu’elle en est un. On doit également spécifier qu’un mauvais médium, comme c’est le cas pour un bon médium, peut aussi bien être un homme qu’une femme, mais les médiums sont habituellement comme les navires — mentionnés en tant que ‘elle’, probablement à cause de toute l’agitation en cause !

Un médium est simplement une personne qui peut être utilisée comme ‘un intermédiaire pour l’échange de pensées d’un plan d’existence à un autre !’ En d’autres termes, il est possible pour une personne illettrée de parler dans une langue que consciemment elle ne connaît pas, parce qu’elle ne fait, finalement, que transmettre un message.

MÉMOIRE : On sait que l’esprit humain peut contenir la connaissance de tout ce qui s’est jamais produit sur la Terre. L’esprit humain est quelque chose comme un cerveau électronique en cela que certaines cellules emmagasinent certains souvenirs, mais un cerveau électronique occupe un vaste espace ; l’esprit humain a beaucoup, beaucoup de cellules vides en attente de plus d’informations.

L'espèce humaine est consciente pour un dixième seulement. Les neuf autres dixièmes constituent le sub-conscient et dans le sub-conscient se trouve la connaissance de tout ce qui s'est passé sur la Terre, une sorte de mémoire raciale héritée, parce que dans le sub-conscient arrivent des informations glanées au cours de voyages dans l'astral lorsqu'on est allé y consulter les Archives Akashiques.

Grâce à une formation appropriée, on peut plonger profondément dans le sub-conscient et déterrer des souvenirs et des connaissances dont on ignorait totalement l'existence.

MENTAL INFÉRIEUR : Le mental inférieur est cette partie de notre personne qui absorbe les connaissances et les enregistre dans notre mémoire. Si nous savions comment le faire, comme certains Orientaux, nous pourrions nous rappeler tout ce qui nous est arrivé, même dès AVANT notre naissance.

En fait, c'est assez facile si l'on sait comment s'y prendre et si l'on a la patience de pratiquer. On parle de 'mémoire absolue' pour les gens qui peuvent le faire.

La mémoire absolue peut, comme nous l'avons dit, être sollicitée par la pratique, mais l'on ne doit pas le faire à moins d'avoir la conscience claire, parce que si l'on se souvient de tout, on peut se souvenir tout autant des choses déplaisantes que des choses plaisantes, et les choses déplaisantes apparaissent fréquemment encore pire quand on ressasse le passé.

La mémoire absolue est dans notre sub-conscience et s'il y a une raison valable pour ce faire, un hypnotiseur compétent peut hypnotiser une personne à quelques

reprises et la mener graduellement dans les recoins les plus obscurs de sa mémoire sub-consciente. Cette méthode peut être utilisée pour découvrir pourquoi une personne a certaines inhibitions ou peurs.

Ceci peut être utilisé, aussi, pour déchiffrer des documents anciens dans une langue que l'on ne comprend pas, car si l'on est ramené dans l'espace et le temps de son sub-conscient, on peut même accéder à la mémoire raciale de l'humanité. Mais, bien sûr, un système beaucoup plus facile est celui de voyager correctement dans l'astral et de voir alors les Archives Akashiques.

MING : Ce n'est pas seulement, comme tant de gens le pensent, une précieuse pièce de céramique exposée dans un musée. Ce Ming-là n'est qu'un quelconque ornement antique qui nous est resté de la période Ming (ou Dynastie Ming) des Empereurs chinois.

Le Ming auquel nous nous référons est celui qui indique le destin. Les Chinois considèrent que la destinée est le Ming ; le Ming est un Ordre des Dieux là-haut.

MING CHIA : Les Chinois, avant que les Communistes ne se déchaînent là-bas, croyaient beaucoup à la vertu des noms. Les noms avaient du pouvoir, les noms pouvaient être propices ou défavorables. Ainsi Ming Chia est une école spéciale des noms où l'on pouvait déterminer les noms de bon et de mauvais augure, de sorte qu'il était possible de donner un nom correct à quelque chose qui avait de l'importance pour la personne qui la nommait.

Les Chinois connaissaient bien la science des vibrations, ils savaient que des vibrations convenables pouvaient augmenter la puissance d'un objet et débutèrent ainsi leur science des noms.

MITHYA : Les gens sont dans la servitude ici à travers le Monde de l'Illusion. Les gens ont de fausses valeurs, de fausses croyances, et une fausse compréhension.

Tout ce qui compte sur la Terre c'est combien d'argent une personne a en banque et sa condition de naissance — sa classe sociale. Les gens adorent les faux Dieux, le Dieu en Chef étant le symbole du dollar. Les gens sont capables d'envisager placidement le voyage dans l'espace, mais sont incapables de se rendre compte que l'esprit est supérieur à la matière, et que le moyen le plus facile de voyager dans l'espace est celui du voyage astral !

Le Mithya est l'état de fausseté qui doit être banni avant de pouvoir parvenir à la libération des liens de la chair, des illusions de ce monde, et ainsi arriver à réaliser son vrai Sur-Moi.

Mithya est une bonne chose à mettre derrière soi, parce que jusqu'à ce que l'on puisse se réveiller et prendre conscience de la réalité, on gaspille son temps et l'on revient inutilement sur Terre.

MOHA : C'est un état d'ignorance, l'état de stupidité, l'état de confusion totale. C'est causé par un manque de discernement entre ce qui doit être fait et ce qui doit être laissé de côté.

Moha mène au chagrin et à la souffrance. En surmontant Moha on doit aussi surmonter Mithya, et

alors, alors seulement, peut-on atteindre l'état de Moksha.

MOKSHA : C'est la libération. C'est se libérer de la bêtise crasse, se libérer de l'ignorance, se libérer de la confusion.

C'est le but de tous les êtres vivants de parvenir à la libération, d'être libéré des liens de la Terre, des désirs importuns de la chair, et d'atteindre ainsi le stade que, faute d'un meilleur terme, nous appellerons 'Bouddhéité'.

Peu importe que l'on soit Chrétien ou Juif, Musulman ou Bouddhiste, on lutte toujours pour se libérer des souffrances du monde et entrer dans ce que nous appelons le Paradis, le Nirvana, les Champs Célestes, ou quelque chose de semblable. Jusqu'à ce que nous ayons atteint Moksha, nous ne pourrons nous rendre dans aucun de ces endroits désirables.

MOI SUPÉRIEUR : C'est notre Sur-Moi, la partie de nous qui contrôle le corps physique de loin. Nous, ici sur Terre, 'tirons les marrons du feu pour le compte de notre Sur-Moi'. Qu'importe si nous nous brûlons indûment les doigts, car ils ne doivent durer que quelques années, alors que le Sur-Moi doit durer toute l'Éternité et un peu plus encore.

Nous pouvons nourrir la partie spirituelle de nous-mêmes par la méditation, la contemplation et par l'observation du bien que nous avons appris par les expériences incarnées.

Il nous faut développer l'amour et le bon sens. Nous devons développer et pratiquer la compréhension. Nous devons éviter de faire ces choses qui causent de la

souffrance et de la détresse aux autres, car s'il est facile en ce monde de tromper les autres, de les égarer, et bien que nous soyons peut-être si intelligent que nous soyons à l'abri des lois de la Terre, il n'en demeure pas moins que, lorsque nous passons au-delà des confins de cette Terre, nous apprenons à nos dépens que nous devons payer pour toutes les misères que nous avons fait subir aux autres, nous devons payer pour toutes les pertes que nous avons infligées aux autres. Ainsi il est, en termes de bon sens, moins coûteux pour nous de bien nous conduire en ce monde, car ceci n'est qu'un clin d'oeil comparé à la Plus Grande Vie au-delà.

MORT : Ceci, dans le sens occulte, est la rupture de la Corde d'Argent, qui sépare le corps astral ou l'Âme du corps physique.

Il n'y a rien à craindre dans la mort, parce que la mort est aussi naturelle que la naissance. La mort, en fait, est le processus de renaître dans un autre plan d'existence.

C'est une disposition de la nature que les gens aient normalement peur de la mort. Il y a une peur raciale de la mort ancrée et c'est nécessaire parce que si les gens savaient à quel point il est simple de mourir, il y aurait davantage de suicides et ce serait mal parce qu'aussitôt qu'un suicidé arrive de l'autre côté de la mort, le pauvre type se fait remettre dans un autre corps — celui d'un bébé, bien sûr — et doit alors vivre le laps de temps qui lui est alloué.

Chaque personne venant sur Terre a ses jours comptés, c'est-à-dire que l'heure de sa naissance est

connue et l’heure de sa mort est connue aussi. Donc, si une personne commet un suicide, elle est remise dans le corps d’un bébé et retournée sur Terre, et si elle n’en avait plus que pour quelques mois à vivre, il se pourrait bien qu’elle arrive mort-née ; s’il ne lui restait plus que deux ou trois ans à vivre, alors le bébé décéderait à deux ou trois ans.

La mort est une bonne chose. Il serait intolérable de penser à vivre pour l’éternité sur cette Terre de ténèbres. La mort est une libération des fatigues de la Terre, elle nous permet d’évoluer et d’éduquer notre Sur-Moi.

MUDRAS : Le Hatha-Yoga a toutes sortes d’exercices bizarres, certains inoffensifs et peut-être franchement amusants, mais d’autres extrêmement dangereux. Les vingt-cinq exercices dits Mudras ne devraient donc pas nous concerner, sauf que je désire personnellement donner ici l’avertissement solennel qu’aucun de ces exercices ne devrait être pratiqué sans la supervision et les conseils d’une personne vraiment qualifiée.

Les dangers sont réels. Il se peut que l’on soit atteint d’une maladie de coeur qui ne se manifeste pas dans la vie courante, et si on essaie d’imiter un serpent atteint de dyspepsie, c’est de demander — et d’obtenir — des ennuis.

Trop de gens font un culte ou un fétiche de certains de ces exercices et en se concentrant trop, ils peuvent se faire terriblement de mal. Quel genre de mal ? Allez dans un hôpital psychiatrique et vous verrez !

Il y a de nombreux exercices qui ont un certain rôle dans le processus d’élévation de la Kundalini, et

simplement pour vous donner quelques informations à ce sujet, question d'intérêt académique, permettez-moi d'en citer un ou deux.

Le premier est le Khechari-Mudra. C'est une série d'exercices destinés à allonger la langue. Il faut plusieurs mois pour parvenir à ce résultat, mais quand la langue est suffisamment allongée et les muscles exercés, on peut la retourner de façon à obstruer complètement le gosier. L'adepte — qui se livre parfois à cet exercice dans un but bien précis — bouche tous les orifices naturels avec des tampons huilés, et en appliquant ensuite le Mudra requis, peut rester sans respirer pendant des jours et des jours. Cela a été prouvé dans des conditions expérimentales.

Un autre exercice, ou Mudra, est celui du Viparitakarani. Dans celui-ci la victime, celle qui pratique, est étendue sur le dos la tête reposant sur le sol. Elle lève ensuite les jambes en l'air, ainsi que la partie inférieure du dos. Elle doit soutenir ses hanches avec les mains, les coudes supportant alors le poids du corps. Parfois les gens agitent les jambes en décrivant des cercles, mais avant de le faire ils devraient attacher un drapeau à leurs chevilles pour au moins donner un semblant d'objectif à ce qu'ils font, ou ils pourraient même s'attacher une feuille de palmier aux jambes pour s'éventer en même temps.

Une autre folle acrobatie est le Pasinimudra. La personne qui s'y adonne devrait en faire un métier sur une scène. Quoi qu'il en soit, ce type entoure son cou de ses jambes comme s'il s'agissait d'une écharpe. Cela revient beaucoup moins cher de sortir s'acheter une

écharpe que de payer le docteur qui devra vous délier par la suite.

Encore un autre exercice — le Kaki-Mudra où une pauvre âme contracte ses lèvres et tente, pour une raison quelconque, de ressembler à une corneille. Elle aspire alors l'air très lentement.

De nouveau, un point de vue personnel — dans l'*authentique* Extrême-Orient les seules personnes qui se livrent à ces folles acrobaties sont les mendiants et ces 'fakirs' qui ont besoin de gagner leur vie et ne savent rien faire d'autre. Les gens qui font ces exercices sont simplement des acrobates, des jongleurs, etc. Ces exercices ne contribuent pas vraiment à accroître la compréhension spirituelle et si vous soupçonnez une maladie quelconque, abstenez-vous-en, vous vivrez plus longtemps — et plus heureux.

MULADHARA : C'est un autre Chakra. Celui-ci est situé sous la base de la colonne vertébrale. C'est l'emplacement de la Kundalini.

La plupart des gens se contentent de dire que la Kundalini est située à la base de la colonne vertébrale, mais en réalité la Kundalini est située exactement à mi-chemin entre l'organe d'excrétion et l'organe de reproduction.

Ce Muladhara est un Chakra à quatre pétales ; moins le degré d'évolution de la personne est élevé, plus sombre est la couleur rouge des pétales. Au centre des pétales rouges — là où ils se rejoignent — dans la forme flamboyante d'un triangle avec le carré jaune se loge précisément la Kundalini.

Le rouge représente les plus basses émotions charnelles et les passions. Le jaune, qui entoure la Kundalini couchée, indique que la force Kundalini peut être spirituelle si elle est correctement élevée. Mais si elle est élevée de la mauvaise façon, ou au mauvais moment, ou à des fins mauvaises, elle jaillira comme une flamme qui brûlera la raison et fera de l'imprudent un idiot pour toute la vie.

La Kundalini ne doit être éveillée que par un Professeur expérimenté qui sait réellement ce qu'il fait. Mieux vaut attendre, si nécessaire, que votre Kundalini ne soit éveillée que dans la prochaine vie, plutôt que d'avoir à revenir un nombre de vies supplémentaires pour avoir été impatient et avoir excité votre Kundalini pour les mauvaises raisons.

MUMUKSHUTWA : C'est un très fort désir d'être libre des liens de la chair. C'est pourquoi tant de gens veulent faire le voyage astral, veulent sortir du corps, hors de l'argile emprisonnante, pour visiter des endroits et voir les choses par eux-mêmes.

C'est également le désir de mettre fin aux incarnations continuelles, un désir de rentrer chez soi dans le monde spirituel.

MUNI : C'est une personne qui ne parle pas de ses exercices Yogiques, ni de ce qu'elle apprend, ni de ce que son Professeur a dit la dernière fois, ni de ce qu'elle lui répondra si ce dernier refuse de lui enseigner ce qu'elle veut savoir. Muni est une personne qui ne s'engage pas dans le bavardage inutile, une personne qui peut garder le silence. Vous devriez consulter Mauna ici pour vous rafraîchir la mémoire !

MYSTICISME : C’est la croyance qu’en s’attardant sur les choses supérieures à ce monde, on peut augmenter son statut spirituel. C’est de parvenir à un état super-conscient, c’est d’augmenter ses vibrations de sorte que, tout en étant toujours conscient dans le corps, l’esprit soit capable de recevoir les vérités supérieures, les réalités supérieures.

Le mysticisme n’a rien à voir avec les sortilèges ou la magie noire, mais seulement avec ce qui augmente notre compréhension des choses qui sont au-delà de l’expérience physique humaine.

N

NADAS : Il existe différentes formes de son. Le son, en fait, est simplement une vibration, tout comme la vue. Nous appelons ‘son’ ce qui peut être perçu par l’oreille humaine, ou plus exactement, par n’importe quelle oreille.

Nadas est une forme de son qui est entendu de l’intérieur, sans l’aide de l’oreille. C’est une voix de la conscience, la voix du Dieu intérieur, la voix de votre Sur-Moi vous appelant, vous disant ce que vous devez faire, et — peut-être plus important encore — vous disant ce que vous ne devez pas faire.

Il est dit : ‘Sois tranquille et sache que je suis en toi’. Le ‘je’ que l’on ‘connaît’ ainsi est le Nadas, la Voix Intérieure. Vous ne pouvez pas vous tromper, dans votre stade actuel d’évolution, si vous écoutez et obéissez à cette voix tranquille de la conscience intérieure.

NIDANAS : On les connaît comme les Douze Causes de la Souffrance. Il est inutile de les énumérer en détail parce que ce ne sont que des choses qui ont trait à l'existence matérielle, telles que les désirs de la chair et toutes les autres choses du genre qui semblent avoir été spécifiquement conçues pour retenir le pauvre Homme qui souffre, et la pauvre Femme qui souffre encore plus, sur cette Terre de misère.

Nous devrions nous débarrasser des Nidanas aussi vite que possible. Il y a dans les Nidanas des choses telles que l'orgueil, la convoitise, la luxure, la colère, la gloutonnerie, l'envie et la paresse. Ces choses ne sont pas désirables, nous n'avons pas à les supporter, et avec un petit effort nous pouvons nous débarrasser de tout le lot, et quand nous parvenons à faire cet effort, nous découvrons que ce n'est pas si difficile que nous le pensions et nous savons dès lors que nous sommes en bonne voie de quitter ce cycle terrestre pour de bon — et c'est certainement une bonne chose.

NIDIDHYASANA : C'est une pratique de méditation profonde, la vraie forme de méditation, celle qui nous permet d'obtenir des résultats. Elle comporte trois étapes essentielles ; ces étapes sont les suivantes :

Premièrement, on lit ou on écoute. On peut lire un texte religieux ou métaphysique, ou bien quelqu'un nous lit un texte. Cela met une information à notre disposition qui nous prépare à la deuxième étape.

Deuxièmement, nous avons l'information et nous devons maintenant y réfléchir. De quelle information disposons-nous ? Nous y pensons de façon générale,

nous y réfléchissons et en faisons le tour, et quand nous avons réfléchi pour avoir une compréhension de base de tout le sujet, nous en venons à la troisième étape.

La troisième étape c'est le Nididhyasana proprement dit où nous prenons une facette, ou un aspect de l'information qui nous a été donnée dans la première étape, que nous avons examinée de manière générale dans la seconde, et nous méditons sur ce qui a mérité plus particulièrement notre attention.

NIDRAS : Ce sont des idées que l'on obtient pendant le sommeil. Possiblement, des idées qui nous sont venues pendant notre visite dans le monde astral. Si nous les ramenons dans le monde physique telles que nous les avons reçues, elles peuvent alors nous être d'une inestimable valeur. Beaucoup de compositeurs de musique sont capables de ramener au monde physique un souvenir musical entendu dans le monde astral, et 'composent' ainsi de merveilleux chefs-d'oeuvre qui entrent dans l'histoire comme des classiques.

Malheureusement, beaucoup de gens ne peuvent pas accepter le voyage astral et ne peuvent pas accepter les idées présentées au cours d'une visite astrale. La forme de religion particulière d'une personne peut ne pas avoir fait mention du voyage astral, et donc l'adepte de cette religion peut y voir quelque chose de mauvais. C'est ainsi que ces idées, rationalisées, sont considérées comme des 'rêves'. L'intellect humain, qui est le plus grand obstacle de l'humanité, fabrique une

image rationalisée qui déforme complètement ce que le corps astral tente de dire au corps physique.

Si l'on gardait à son chevet un petit carnet et un crayon, et y inscrivait *immédiatement* les idées qui nous viennent durant la nuit, on s'en souviendrait au matin. Les gens disent : 'Oh, c'est tellement clair que je suis sûr de m'en souvenir' ; ils se tournent, se rendorment, et au matin ils ont déjà tout oublié à ce sujet. C'est désolant parce que beaucoup de choses merveilleuses nous sont révélées durant notre 'sommeil'.

NIRVANA : C'est la libération du corps, la libération des convoitises et des gloutonneries de la chair. Ce n'est pas la cessation de toute expérience ; cela ne signifie pas la cessation de toute connaissance, ni la cessation de toute vie.

Il est faux de dire que le Nirvana signifie exister dans un état de néant. C'est une erreur absolue qui a été commise par des gens qui parlaient de choses qu'ils n'arrivaient pas à bien comprendre.

Le Nirvana c'est la libération des convoitises, la libération des divers appétits de la chair. Le Nirvana n'est même pas une contemplation béate. C'est, plutôt, un épanouissement de connaissances spirituelles, et la libération de tous les désirs corporels.

L'état de Nirvana est un état de pureté, pureté pour ce qui est de l'absence de convoitises des choses physiques. Mais même quand on a atteint le Nirvana — la liberté des désirs de la chair — on continue encore à apprendre des choses spirituelles et à progresser sur d'autres plans d'existence.

NIYANA : Ce mot vient du Raja Yoga et se réfère au deuxième des Huit Membres de cette branche du Yoga. Il se réfère à l'accomplissement des vertus de pureté, physique et mentale, et au contentement.

Il indique que l'on doit avoir un certain degré d'austérité avant d'être capable de cette profonde dévotion qu'il est nécessaire d'accorder à son Dieu. Si l'on n'a pas le degré nécessaire d'austérité, on est tellement occupé à penser à ses propres désirs, qu'on n'a pas de temps pour penser à Dieu.

NON-ATTACHEMENT : Cela veut dire exactement ce que cela dit — le fait de n'être attaché à aucune chose matérielle. L'avare est lié à la terre parce qu'il est attaché à son argent ; l'ivrogne est lié à la terre parce qu'il est attaché à sa boisson. Si l'on a une forte envie, un fort désir, alors quand on quitte cette Terre on est irrésistiblement ramené comme un poisson au bout de la ligne d'un pécheur, on est ramené pour visiter ces lieux de prédilection où se trouve ce que l'on veut le plus — argent, boisson, ou autre chose. On rôde, fantôme désincarné, attiré irrésistiblement par l'aimant de ce désir qui n'a pas été maîtrisé durant l'existence physique. Le non-attachement c'est la maîtrise de soi, le détachement des attraits et des convoitises de la vie sur Terre.

Le non-attachement signifie la libération des désirs qui affligent l'humanité. Une personne qui a atteint ce stade, qui a atteint le non-attachement, aide l'humanité et n'ignore pas ses besoins d'assistance.

NUMÉROLOGIE : Les mots sont des vibrations. Les lettres, les sons, sont des vibrations, et une vibration

est une pulsation, ou une vague, avec des sommets et des vallées qui se suivent dans un certain ordre. On peut donner à de telles vibrations des valeurs numériques pour qu'elles puissent être identifiées.

Certains sons sont agréables, tout comme certaines odeurs sont agréables. Certains sons sont déplaisants tout autant que peuvent l'être certaines odeurs. Si nous donnons aux sons des valeurs numériques, nous avons une table qui peut être consultée pour savoir lesquels sont bons et lesquels sont mauvais pour nous. C'est ainsi que les peuples d'Orient ont une Science de la Numérologie dans laquelle les lettres — chacune d'entre elles — ont un nombre, et si nous prenons un nom nous pouvons additionner les nombres formant ce nom pour savoir si celui-ci est bon ou mauvais pour nous.

Certaines personnes ont constaté qu'en changeant légèrement leur nom, elles obtenaient une vibration harmonieuse et n'avaient plus à souffrir d'une mauvaise vibration. Ainsi les gens qui savent comment le faire peuvent utiliser leur nom complet, ou leurs initiales et leur nom de famille, selon ce qui s'avère être le plus bénéfique.

La Numérologie, toutefois, se prête au charlatanisme, et l'on ne devrait voir qu'un numérologue qui a une réputation établie, parce que certains de ceux qui pratiquent dans les rues écartées n'en veulent qu'à votre argent ; ils ne sont pas intéressés à vous venir en aide.

O

OBSERVANCES : Toutes les religions ont certaines règles que les fidèles de cette religion doivent pratiquer ou suivre. Ce sont des Disciplines, car sans discipline il n’est pas possible d’avoir un être raisonnable, qui se contrôle.

Certains appellent ces Observances ‘des Stations’, comme en témoignent les ‘Stations du Chemin de Croix’ dans la croyance chrétienne. En témoignent, également, divers autres procédés dans des sociétés différentes. En matière occulte, il y a cinq observances fondamentales ou, si vous préférez, on peut dire qu’il y a cinq disciplines de base que l’on doit suivre.

On doit avoir un corps pur et un esprit pur. On doit étudier son propre corps pour acquérir la pureté de l’esprit. La santé est nécessaire à moins que l’on ne se consacre réellement à l’occulte où des règles différentes s’appliquent. Mais pour la personne moyenne une bonne santé est nécessaire afin que l’esprit soit capable de résister aux émanations auriques d’une autre personne qui peut ne pas avoir l’esprit aussi pur.

J’ai dit ci-dessus qu’il faut être en santé à moins que l’on ne soit engagé dans des questions occultes réellement profondes où des règles différentes s’appliquent. Peut-être vous intéressera-t-il de savoir pourquoi.

La personne moyenne de santé moyenne tombe dans une gamme de vibrations moyennes et ces vibrations moyennes rendent généralement cette personne

incapable d’atteindre des ‘octaves’ plus élevés ; mais si une personne est atteinte d’une maladie quelconque, ses vibrations personnelles peuvent être accrues, ce qui lui permet de commencer avec une vibration plus haute que la moyenne et de passer à une vibration beaucoup plus élevée que la moyenne.

Vous obtenez la même chose dans le cas d’un chien ; un chien peut entendre des sons plus aigus qu’un humain, comme en témoigne le sifflet ‘silencieux’ pour chien. Mais l’humain peut entendre des sons plus graves que le chien. Dans certains cas, donc, et seulement chez des personnes très dévouées, une maladie est un avantage en cela qu’elle permet à une personne de répondre à une plus haute fréquence d’impressions sensorielles et parasensorielles. Pour tous les autres, c’est-à-dire pour tous sauf ceux qui ont une connaissance définie — très définie — de leur destin, les gens doivent cultiver un esprit pur dans un corps pur !

En suivant les bonnes disciplines ou, pour en revenir à notre mot clé, les bonnes observances, et en obtenant la pureté de l’esprit, on peut arriver à la forme la plus élevée de plaisir que l’on puisse connaître sur la Terre et l’on peut ainsi faire de grands progrès vers l’augmentation de sa stature spirituelle pour d’autres incarnations.

Nous avons, donc, un esprit pur dans un corps pur. La troisième Observance conduit à l’élimination des impuretés du corps et de l’esprit et à la culture d’acquisitions plus pures, plus épurées, c’est-à-dire que la personne progresse le long du chemin de la spiritualité et se détache des désirs charnels.

La quatrième Observance exhorte une personne à s’associer à ceux de plus grandes compétences et de standards spirituels plus forts que les siens. Plus l’on s’associe à ceux qui sont ‘meilleurs’ que soi, plus on a d’occasions de voir un peu de ‘bonté’ déteindre sur soi. La quatrième Observance nous enjoint de constamment chercher à nous associer à ceux qui peuvent nous montrer l’exemple et nous conduire le long de la voie de la pureté et du développement spirituel.

La cinquième Observance est celle qui nous enjoint de développer le pouvoir de contemplation. Nous ne devons pas nous précipiter aveuglément et en venir à des décisions instantanées, mal informées. L’on doit réfléchir à une chose, contempler la question, et nous avons alors la satisfaction de savoir que notre décision n’est prise qu’après une évaluation soigneuse de tous les faits en notre possession.

OBSTACLES : Après avoir examiné les Observances, ce qu’elles signifient et comment elles peuvent nous aider, nous devons jeter un coup d’oeil aux obstacles qui sont sur la voie de la poursuite du développement. Ainsi, quels sont ces obstacles ?

Une personne est confrontée à un problème. Il semble ne pas y avoir de solution immédiate au problème, enfin, pas de solution facile et acceptable pour la ‘victime’. La personne qui est subitement obligée de faire un choix entre deux voies également déplaisantes, désagréables, ou qui entraînent un dur labeur, ou de ‘perdre la face’, se retrouve habituellement aux prises avec une quelconque maladie auto-infligée qui lui donne la possibilité de dire : ‘Oh, je

ne peux pas faire cela, je suis malade !’ Ou bien un observateur dira : ‘Oh, pauvre un tel, on ne peut pas lui demander de faire mieux ; il est malade !’ Un obstacle majeur, alors, c’est le sentiment d’infériorité de la personne, sa paresse, et ainsi se déclare une maladie auto-infligée qui fournit une excuse qui n’est pas bien bonne en ce monde, mais qui est tout à fait sans valeur dans le monde au-delà.

Un autre obstacle est l’apathie, la léthargie mentale ou, plus précisément, la paresse mentale. Les gens choisissent la ligne du moindre effort, ils n’ont pas la faculté de se regarder droit en face et voir quels insignifiants crétins ils sont vraiment. Si les gens consentaient à affronter la vérité et tiraient le meilleur d’une bien piètre situation, la piètre situation deviendrait bientôt une meilleure situation.

Un très grand obstacle est la loquacité excessive. Trop de gens parlent trop, trop souvent et sans en savoir assez. Trop parler est signe de cerveau vide. Une personne entend certaines informations et les déverse immédiatement de sa bouche toujours ouverte sans leur donner la chance de se loger dans les cellules de mémoire du cerveau. Les gens parlent trop parce qu’ils sont (et non pas seulement se sentent !) inférieurs. Ils parlent pour augmenter leur propre sens d’importance, ils ronronnent sans fin sur les sujets les plus banals sur un ton singulièrement monotone et d’une façon singulièrement mal informée. Ils pensent tromper leur auditeur en l’impressionnant par tant d’érudition. Au contraire, l’auditeur se dit généralement : ‘Quel ennuyeux abruti !’ Il est nécessaire de freiner son désir

de parler, car la loquacité ne fait que donner une idée totalement fausse de sa propre importance.

Toutes ces choses sont des obstacles, des obstacles au développement, des obstacles qui nous détournent de la voie du progrès spirituel. Nous devons en tout temps garder à l'esprit la notion que sur cette Terre nous sommes comme des passagers à une certaine station en bordure du chemin d'un bien lointain pays, en attente d'aller quelque part, et plus nous ajoutons de difficultés, plus nous reculons. C'est, en fait, quelque chose comme le jeu des serpents et des échelles ; vous avancez votre pion et tombez sur la tête d'un serpent qui vous fait redescendre beaucoup plus bas que la case de départ, mais si vous jouez bien, vous montez une échelle et obtenez une soudaine promotion !

OCCULTES, POUVOIRS : Les pouvoirs occultes nous viennent après des années et des années d'entraînement, et après des vies et des vies d'expérience.

En Orient, le nombre 8 est un nombre sacré, un nombre qui est censé conférer divers pouvoirs 'magiques'. Dans le monde de l'occultisme, il existe huit accomplissements standards, mais l'on ne peut avoir de pouvoirs occultes que si l'on met de côté toutes pensées de domination sur les autres. Par exemple, les publicités qui disent : 'Dominez les autres par l'hypnotisme', font un grand tort au monde dans l'ensemble, incitant les gens aux mauvaises actions. Vous ne pouvez pratiquer les pouvoirs occultes que lorsque vous êtes tout à fait certain que vous n'utiliserez pas ces pouvoirs à de mauvaises fins.

Les Adeptes de rang élevé ne conseillent jamais à leurs étudiants d'essayer d'arriver aux huit accomplissements occultes ; on doit plutôt se hâter lentement et progresser par étapes confortables.

Il est préférable d'essayer de cultiver de bonnes aptitudes sur le plan terrestre avant de s'occuper de pouvoirs occultes, parce que si l'on développe des pouvoirs occultes avant d'être assez pur pour les contrôler, ils vont contrôler la personne qui les a développés et cela peut être une source de beaucoup de chagrin !

OCCULTISME : Ceci a trait à la connaissance des choses qui sont au-delà des sens ordinaires, terrestres, du corps. Sur cette Terre nous sommes confinés à certains sens. Nous pouvons toucher une chose et savoir qu'elle est là, nous pouvons savoir si elle est chaude ou froide, si elle est plaisante ou douloureuse. C'est la connaissance terrestre des choses, mais la connaissance occulte ne peut pas être connue par les pouvoirs ordinaires, terrestres, du monde. Tant que nous sommes dans la chair nous ne pouvons la toucher, nous ne pouvons qu'en être conscient et c'est quand on peut en être conscient qu'on peut l'avoir.

OJAS : Il s'agit de la forme la plus haute d'énergie dans le corps humain. Il se présente dans l'aura d'abord comme une lumière bleue terne, mais au fur et à mesure que la pureté augmente le bleu devient plus clair, tourne à l'argenté, puis à une radiation dorée.

Chez la personne du type le plus pur, Ojas est emmagasiné dans le cerveau où il stimule l'avancement de celle-ci dans les progrès spirituels et intellectuels qui

normalement seraient au-delà de sa portée. Quand on voit une personne de ce type on peut voir le halo doré ou nimbus autour de sa tête.

OM : Connu comme un mot de pouvoir. Lorsqu'il est prononcé correctement et avec la force appropriée aux circonstances, il confère de grands avantages à celui qui le prononce. La prononciation est 'OH-M'.

C'est un fait indéniable que certains Adeptes Orientaux peuvent ressusciter des gens d'entre les morts en prononçant une combinaison correcte de sons. Il convient toutefois d'insister encore sur le fait que l'on ne doit pas se livrer à des trucs comme ceux-là sans des connaissances très spéciales et sans une raison très spéciale, car si vous ressuscitez quelqu'un sans savoir ce que vous faites, vous allez rendre à la vie une personne dont le cerveau a été détérioré par manque d'oxygène et vous aurez ainsi un zombie typique.

OMTATSAT : C'est un autre mantra. Prononcer le mot correctement met en marche tout une suite de vibrations et c'est ainsi qu'en répétant le mot plusieurs fois et de la manière qui convient, on peut éveiller certains centres en soi. De nouveau, il faut insister sur le fait qu'à moins d'être correctement instruit en la matière, on ne peut obtenir la bonne prononciation et ainsi, on peut répéter le mot jusqu'à l'extinction de voix sans que rien de bon ni de mauvais ne se produise.

Nous possédons divers chakras qui sont plus ou moins assoupis, atrophiés, ou 'endormis dans l'argile', pourrait-on dire. Mais en suscitant les bonnes vibrations à travers chaque molécule du corps, nous pouvons

libérer le chakra pour qu'il ait une chance de se développer, mais ceci ne peut être fait que quand une personne a des motifs purs, quand une personne ne pense pas à faire des démonstrations insensées ; les démonstrations, les matérialisations, etc., etc., ne sont, après tout, rien de plus que les joujoux ou les jouets d'enfants immatures, et les enfants n'ont pas à faire usage des pouvoirs que des mantras correctement répétés peuvent apporter.

P

PADMASANA : Vous reconnaîtrez ceci quand je vous aurai dit que c'est la célèbre Position du Lotus. Vous avez vu des statues orientales du Bouddha assis et la plupart du temps le Bouddha est représenté assis dans la Positon du Lotus.

L'Occidental qui est habitué à s'asseoir sur une chaise, dont le siège est au-dessus du sol et sur lequel il est assis les jambes pendantes, peut trouver difficile et étrange de s'asseoir comme le fait un Oriental ; l'homme et la femme de l'Orient sont assis sur une substance assez dure, les jambes croisées de sorte que la plante des pieds soit tournée vers le haut et, bien sûr, les cuisses écartées. L'Oriental dans une telle position est assis tout droit, la colonne vertébrale droite.

Au Tibet, les lamas du degré supérieur sont assis dans cette position toute la nuit, ils dorment dans cette position, et ils meurent dans cette position, car cela fait partie de la tradition lamastique Orientale qui veut

qu'en mourant l'on reste conscient aussi longtemps que possible et assis tout droit.

Le Samouraï japonais s'asseyait dans une telle position lorsqu'il se préparait au cérémonial du suicide, un acte par lequel il croyait sauver l'honneur de la famille.

L'Occidental qui étudie des sujets occultes s'assoit plus difficilement dans la Position du Lotus à cause des conventions ou — disons-le tout net — d'articulations raides ! Peu importe, la position n'est pas d'une importance vitale. La Position du Lotus est, certes, très bonne pour la méditation, mais la position vraiment appropriée pour quelqu'un est celle qui lui est la plus confortable, mais qui maintient la colonne vertébrale droite. Si vous avez envie de croiser les jambes, faites-le, et posez juste vos mains sur vos cuisses. Quand vous méditez, gardez la bouche fermée, le bout de la langue reposant légèrement contre l'arrière de vos dents, le menton baissé de façon à porter légèrement sur la poitrine.

Vos yeux ne doivent fixer rien de précis si vous pouvez y arriver, ou si vous préférez, doivent regarder dans l'infini. Ils ne doivent pas cligner ou errer d'un objet à un autre. Le point consiste ici en ce que vos yeux ne doivent pas voir.

Si vous vous asseyez comme suggéré ici et respirez doucement, sans heurts, avec un rythme défini, vous vous apercevrez que c'est une aide excellente à la relaxation. Bien sûr — pour répéter — vous devrez être assis avec la colonne vertébrale toute droite, à moins que vous n'ayez un problème qui vous cause une douleur dans cette position.

PANCHATAPA : Ce que j'ai décrit dans mon livre *Le Troisième Oeil*. Je suis passé par cette épreuve. Peut-être puis-je ici vous rappeler de nouveau que *Le Troisième Oeil* est une histoire vraie, que tout ce que j'ai écrit est vrai. Mais revenons au Panchatapa.

C'est un traitement très sévère qui oblige à s'asseoir dans une stricte — très stricte — Position du Lotus, sans bouger, à partir de la première lueur du jour jusqu'à ce que la dernière lumière du jour ait disparu et ait été remplacée par les ténèbres de la nuit. Il est interdit de bouger pour quelque raison que ce soit, interdit de décroiser les jambes ni de faire une promenade. On doit rester assis, assis et assis.

Normalement, quatre grands feux sont allumés, au Nord, à l'Est, au Sud et à l'Ouest, et les feux sont douloureusement près de soi, de sorte que l'on devient presque comme un rôti de porc. L'idée est d'endurcir la personne par une discipline sévère. Quelqu'un de très expérimenté pouvait méditer de cette manière pendant sept jours, c'est-à-dire assis sans bouger de l'aube au crépuscule, dormant durant les heures de la nuit et prenant les repas qui lui étaient refusés pendant la journée.

Ceci est très bon pour développer sa puissance de méditation, parce que si l'on ne médite pas on est accablé par les désirs du corps, etc., mais si l'on médite on arrive alors à 'sortir de ce monde'.

Naturellement, il n'est pas du tout recommandé qu'un Occidental fasse une chose semblable parce que cela exige un entraînement intensif.

PANDIT : Beaucoup de gens sont grandement impressionnés quand ils entendent parler du Pandit Ceci ou Pandit Cela.

Une personne se fera appeler ‘Pundit’ à la place, mais que ce soit Pandit ou Pundit, Pundit ou Pandit, c’est exactement la même chose.

Pundit est un nom Oriental pour quelqu’un qui a étudié à fond les Écritures et divers livres religieux. On pourrait dire que dans la religion chrétienne cela se rapproche d’un prédicateur laïque et rien de plus. En d’autres termes, un prédicateur laïque peut remplir certaines fonctions dans l’Église, mais il n’est toujours pas un prêtre — un prêtre ordonné, et un Pundit ou Pandit occupe à peu près le même statut, ou manque de statut.

PARA : Le préfixe ‘le’ y est généralement attaché et devient donc ‘le para’. Cela signifie seulement ce qui se réfère à ce qui est au-delà de la Noble Voie Octuple. Pour que ce soit plus clair, considérez cela comme ce qui est suprême, au-delà.

Nous avons Para-bhakti. Ceci indique qu’une personne offre sa dévotion au Dieu qu’elle adore. Cela signifie une personne pieuse.

Une autre utilisation de para est dans Para-vidya. Cette combinaison de mots se réfère à, et signifie, la connaissance suprême.

Si vous étiez en Indes vous constateriez que les Brahmanes sont les plus fidèles utilisateurs de Para-vidya, qu’ils ont presque le monopole du mot, l’utilisant plus que tout autre adhérent religieux, parce que pour

eux il indique la grande, la pure, la suprême connaissance qui était celle de Brahma.

PARAMATMA : Ceci est un autre mot avec notre vieil ami ‘para’. Dans ce cas, il se réfère au Moi Suprême, au Suprême Atma, à ce ‘nous’ qui est bien au-dessus de la chair. C’est notre propre Sur-Moi personnel, ce qui contrôle le corps humain sur Terre et sur d’autres planètes.

Il est beaucoup plus commode de dire ‘Sur-Moi’, parce que des noms tels que Paramatma, Atma, ou Jivatma, ne mènent qu’à la confusion.

PAIX : La paix est l’absence de conflit intérieur et extérieur. La paix c’est quand on est en harmonie avec son entourage au lieu d’être en état de conflit. Beaucoup de ceux que l’on considère comme ‘paisibles’ vivent un intervalle, ou repos, au milieu de toute une série de vies. Pour eux — qui ne font que marquer le temps — les choses sont calmes comme l’eau d’une piscine que rien ne vient troubler à la surface. Mais ce n’est pas bon signe quand la vie entière d’une personne est trop paisible ; cela montre qu’elle ne fait pas beaucoup de progrès ! Pour méditer avec profit, il faut éviter le conflit intérieur, bien que l’Adepte puisse méditer avec succès même quand il y a conflit extérieur ; un Adepte peut en fait méditer même entouré par les membres enthousiastes d’une fanfare qui s’en donne à coeur joie. Un tel exercice n’est pas à recommander car, à moins d’avoir atteint un certain stade, ce peut être un processus vexant.

PAROLES : C’est un triste fait de constater que tant de gens parlent trop et sur des choses dont ils n’ont aucune connaissance.

Les gens entendent la ‘moitié d’une histoire’ et se précipitent immédiatement chez leurs proches pour en faire une histoire et demie, et en complètent la fiction à ce moment-là.

Les gens devraient être comme les trois singes sages : ne voir aucun mal, n’entendre aucun mal, et ne dire aucun mal ; les gens devraient être comme le vieil et sage hibou qui croit que ceux qui parlent le moins entendent le plus. La plupart des gens émettent un torrent de sons semblables aux Chutes du Niagara, ils babillent, ils radotent, ils ouvrent la bouche et laissent toutes leurs pensées incohérentes, pêle-mêle, absurdes, se déverser en cacophonie de sons sans rapport, des sons discordants, aussi.

Quand une personne parle, elle n’apprend pas, et si elle n’apprend pas, eh bien elle revient sur cette Terre jusqu’à ce qu’elle finisse par apprendre. La meilleure chose que la plupart des gens pourraient faire serait de se mettre un sparadrap sur les lèvres et de garder les oreilles grandes ouvertes.

PÉCHÉ : Qu’est-ce que le péché ? Le péché est ce qu’un groupe de prêtres à tout moment considère comme indésirable. En fait, c’est un terme plutôt vide de sens. À l’heure actuelle la procréation semble plutôt être un péché, car on dit que les enfants naissent dans le péché. Comment pourrait-il en être ainsi ? Sans la procréation il n’y aurait ni race, ni prêtres.

Les ‘péchés’ comprennent l’orgueil, la convoitise, la luxure, la colère, la gourmandise, l’envie et la paresse. Ce sont les principaux péchés, les péchés originels et tous les autres en sont les dérivés.

L’orgueil n’est, bien sûr, qu’une mauvaise compréhension de nos capacités. La convoitise disparaît quand l’article convoité a été obtenu. La luxure est l’autre nom de l’élan sexuel sans lequel la race ne pourrait continuer, et le sexe était jadis tenu par les prêtres comme une récompense à ceux qui obéissaient aux prêtres.

Le sexe, en fait, maintenant considéré comme un péché majeur, était autrefois très utilisé par les prêtres pour attirer la population vers les temples. Les prêtres organisaient des spectacles qui certainement feraient sortir les yeux de la tête des gens de nos jours. Les prêtres avaient également promulgué la loi que toute femme célibataire du pays devait se prostituer une fois l’an à tout homme qui lui offrait de l’argent sur les lieux du temple.

Le péché est ce qui a été jugé par les prêtres comme quelque chose qui peut affaiblir leur propre force, affaiblir leur propre pouvoir. La meilleure façon d’éviter le péché est d’adhérer rigoureusement à la règle ‘Fais comme tu voudrais qu’il te soit fait’. S’il y a quelque chose que vous n’aimeriez pas qu’on vous fasse, alors ne le faites pas à quelqu’un d’autre. Faites cela, vivez selon cette règle, et vous serez à l’abri.

PERCEPTION : Nous devons ‘percevoir’ avant de pouvoir atteindre toute connaissance. Par exemple, un étudiant écoute d’abord ce qu’on lui enseigne.

Deuxièmement, il examine ce qu'on lui a enseigné et à partir de l'information dont il dispose alors, il forme son propre jugement, atteint ses propres conclusions et a quelques idées personnelles.

Troisièmement, la personne qui est passée par les deux étapes précédentes et qui, par conséquent, n'est plus un étudiant, a maintenant atteint le stade où elle peut percevoir les choses de première main sans être assistée par d'autres.

La personne est probablement suffisamment avancée pour être capable de sortir de son corps et visiter astralement la 'Salle des Souvenirs', où elle peut consulter les Archives Akashiques pour y voir le passé, le présent et les probabilités du futur. Quand une personne a atteint ce stade, on dit qu'elle a atteint l'Âge de Perception.

PEUR : L'un des plus grands dangers dans n'importe quelle sorte d'étude occulte, c'est le fait d'avoir peur. En Orient, les maîtres disent à l'élève : 'Ne crains pas, car il n'y a rien d'autre à craindre que la peur'.

La peur corrode notre faculté d'une perception claire. Si nous n'avons pas peur, rien du tout ne peut nous faire de mal, ni nous troubler. Par conséquent — n'ayons pas peur.

Il est intéressant de noter tout particulièrement que celui qui voyage dans l'astral n'a pas lieu d'avoir peur. Les esprits élémentaires ou les entités astrales sont inoffensifs, mais si nous avons peur, eh bien, notre peur même nous fait du mal — elle trouble notre digestion, par exemple. Encore une fois, déclarons que personne ne peut être blessé dans l'astral sauf par soi-

même, la peur nous faisant réintégrer notre corps avec une telle secousse que nous nous retrouvons dissociés de notre enveloppe charnelle.

Si vous revenez dans le corps avec une affreuse secousse et un mal de tête par la suite, le remède est simple — reposez-vous encore et endormez-vous pour que votre corps astral puisse quitter le physique et reprendre sa position correcte dans le corps physique.

PIERRES : Les pierres sont des matériaux qui peuvent exercer une très grande influence sur nous, sur nos pensées, sur notre santé, et sur notre bonne ou mauvaise fortune. C'est ainsi qu'à la fin de ce Dictionnaire il y a un Supplément spécial (Supplément B) consacré exclusivement aux pierres, à leur nature, leur influence, etc., et nous vous conseillons de lire attentivement le Supplément B.

PIERRE DE TOUCHE : Il y a des siècles et des siècles, quand le monde était un endroit bien plus sage qu'il ne l'est maintenant, avant l'âge de l'aspirine et des divers médicaments tranquillisants, les prêtres et les hommes sages avaient des méthodes pour calmer une personne nerveuse ou irritable, ou en quelque sorte 'pas dans son assiette'. Ils fabriquaient des 'Pierres de Touche Tranquillisantes'. Ces pierres très spéciales étaient taillées de manière particulière de sorte que, en les frottant doucement, on pouvait obtenir une agréable impression tactile qui calmait un esprit troublé, prévenait les ulcères, le mauvais caractère et l'hystérie. Vous aimerez peut-être en lire davantage sur ce sujet sous le titre 'Pierres'.

PINGALA : C'est un canal sur le côté droit de la moelle épinière. Il contient des fibres sensorielles et motrices qui ont une incidence sur la vie physique aussi bien que sur la vie métaphysique.

L'Ida est un tube semblable, ou une colonne, et quand le Pingala et l'Ida peuvent être librement contrôlés par la personne en qui ils sont logés, le temps, la matière et la distance n'ont plus aucune signification, et ne sont plus un obstacle ou une contrainte. On est alors dans l'heureuse position de pouvoir dire que 'Les barreaux de la prison ne font pas la cage'.

La personne avec de telles capacités peut accomplir le voyage astral conscient, la télépathie, la clairvoyance, et sous des conditions appropriées, la lévitation aussi.

PLAISIRS ET DOULEUR : Les mécanismes ont des régulateurs, des contrôleurs de vitesse. Un phonographe, par exemple, a un régulateur ou un contrôleur qui limite sa vitesse et la garde constante pour que le disque tourne à la bonne vitesse et joue la musique sur le bon ton.

Les humains aussi ont des régulateurs, et les régulateurs ou les contrôleurs d'un être humain sont, à une extrémité, le plaisir, et à l'extrémité opposée, la douleur. L'être humain moyen vit quelque part entre ces deux extrêmes ; il apprend à éviter la douleur pour pouvoir éprouver du plaisir par l'absence de douleur. Il apprend aussi, à son regret, que certains plaisirs causent de la douleur. Aux stades primitifs de l'Homme il y a de la léthargie et une réticence à faire des efforts ; il y a le désir de ne rien faire. Le sauvage ne chassera pas à moins d'être d'abord assailli par les

affres de la faim. Ayant découvert que la nourriture apporte du plaisir, il a tendance à trop manger, mais découvre ensuite que trop manger cause de la douleur.

Plaisir, douleur, plaisir, douleur. Le cycle du plaisir alternant avec la douleur nous enseigne ce qui peut être et ce qui ne peut pas être. Voyant le plaisir se transformer en douleur, un humain apprend à cesser de se livrer aux excès avant que le plaisir ne soit supplanté par la douleur et c'est donc le début d'une forme d'intelligence.

L'Adepte apprend à ne pas rechercher les grands plaisirs ou il fera face à de grandes douleurs. Il apprend qu'il lui faut maintenir un tempérament égal afin de ne pas être assailli par le plaisir ou par la douleur. Ainsi il apprend à contrôler son corps, et en apprenant à contrôler son corps il est capable de voyages dans l'astral, de clairvoyance, et pourvu qu'il progresse, il peut ensuite arriver à la dissociation d'avec son corps de sorte qu'il peut être emmuré dans une cellule d'ermite — emmuré pour des années sans aucune lumière — et n'être alors nourri que tous les deux ou trois jours. Le reste du temps il est dissocié de son corps et sa forme astrale s'élève au-dessus des montagnes, au-dessus des océans et des terres. Ainsi dissocié, il peut visiter tous les pays du monde et rien n'est secret pour lui. Il entre dans les salles de conseil des grands de ce monde comme un silencieux fantôme invisible, qui pourtant est conscient de tout ce qui se passe. Mais une telle personne n'est définitivement séparée de son corps que quand la mort tranche la Corde d'Argent.

PLANS D'EXISTENCE (marionnettes) : Beaucoup de gens ne sont pas capables de comprendre ce qu'ils sont et pourquoi ils sont. Ils se demandent pourquoi un être tout-puissant comme le Sur-Moi devrait être contraint de s'occuper d'un seul pauvre petit humain. Eh bien, ce n'est pas si simple que cela !

Le Sur-Moi est comme un marionnettiste. Tout comme le manipulateur de marionnettes peut actionner les ficelles de plusieurs pantins à la fois, ainsi le Sur-Moi peut manipuler les Cordes d'Argent d'un bon nombre de personnes différentes. L'une peut être en Angleterre, une autre en Afrique, en Australie et même sur une autre planète ; elles peuvent toutes être sous le contrôle du même Sur-Moi.

Nous pourrions dire que celles-ci sont comme les habitants de mondes parallèles, car selon certaines croyances tout ce qui s'est jamais produit, et tout ce qui se produira, a un dénominateur commun. Le passé, le présent et le futur ne font qu'un. C'est comme quand vous vous trouvez dans la rue ; vous ne pouvez pas voir derrière le coin de rue et c'est ainsi que ce qui vient de derrière ce coin de rue est pour vous dans le futur. Mais si vous montez dans un hélicoptère vous pouvez voir ce qui s'approche du coin et vous pouvez donc voir l'avenir clairement.

Tout au long de l'histoire il y a eu des cas où des hommes et des femmes ont soudainement été 'possédés' et ont fait des choses pour lesquelles ils étaient normalement tout à fait inaptes. Prenons le cas de Jeanne d'Arc. Voici une jeune fille qui passait beaucoup de temps seule, dont on a dit qu'elle entendait des voix, voix qui l'exhortaient à mener son

pays. Elle le fit, devint comme un homme, porta une armure, mena les hommes au combat.

Savez-vous ce qui s'est réellement passé ? Les cordes des marionnettes se sont emmêlées. Jeanne d'Arc, une jeune fille, a eu sa Corde d'Argent emmêlée avec une personne habitant peut-être un autre pays, peut-être une autre planète, qui devait faire certaines choses. Jeanne rationalisa et appliqua à ses propres conditions les choses dites par les voix. On ne peut s'empêcher de se demander ce qui arriva au jeune homme qui devait diriger son pays. Est-il devenu comme une jeune fille, passant beaucoup de temps seul à rêvasser ?

Il y a des mondes parallèles, il y a des mondes que nous ne pouvons voir parce qu'ils sont d'une vibration différente. Nous pouvons voir la lumière, mais nous ne pouvons pas voir les ondes radio et pourtant, elles voyagent à peu près à la même vitesse. Nous pouvons voir ce monde dans lequel nous vivons maintenant, mais que se passe-t-il si un autre monde lui est superposé ? Nous ne pouvons pas plus voir ce monde que nous ne pouvons voir les ondes radio, mais pendant notre sommeil, pendant notre voyage astral, nous pouvons le visiter.

Nous avons déjà vu des groupes de personnes, peut-être même une famille entière, dont les membres étaient si totalement liés les uns aux autres, qu'ils agissaient comme un groupe ayant des intérêts identiques, terriblement misérables quand un membre du groupe était au loin. Ces gens, membres d'une même famille, peuvent bien être les marionnettes d'un seul Sur-Moi. La plupart d'entre nous, cependant, font partie d'un groupe, c'est-à-dire que nous pouvons être

ici dans ce pays et nous pouvons avoir des homologues dans d'autres pays ou sur d'autres planètes, et c'est pourquoi quelquefois nous avons connaissance d'un pays même si consciemment nous n'y sommes jamais allés. C'est pourquoi nous pouvons avoir une connaissance complète et claire d'une autre planète.

POLTERGEISTS (esprits frappeurs, NdT**) :** Il existe certains esprits élémentaires qui se spécialisent à incommoder les humains. On les appelle des poltergeists ou esprits frappeurs. Ils sont malicieux comme des singes et, bien entendu, n'ont aucun pouvoir de raisonnement.

Il existe beaucoup d'esprits élémentaires du type poltergeist. Normalement, ils n'ont pas le pouvoir éthérique de déplacer un objet matériel. Par conséquent, ils cherchent une jeune fille (ou même un jeune garçon, bien que les garçons aient moins de puissance), une jeune fille donc sur le point de devenir une femme, âgée de douze à quatorze ans, possédant une très grande énergie éthérique qui est non orientée et est en passe d'être acheminée vers la féminité. Le poltergeist s'arrange pour capter l'énergie — l'énergie éthérique — de la jeune fille et avec cette énergie des articles peuvent être déplacés comme, par exemple, une chaise qui sera renversée quand personne ne se trouve à proximité.

Il n'est pas nécessaire que la source d'énergie (la jeune fille) soit dans la même pièce, quoiqu'elle doive se trouver dans les 15 mètres (50 pieds) environ de la manifestation.

Les poltergeists ne se manifestent que lorsque les humains ont peur. L’esprit élémentaire, qui est toujours destructeur, désire simplement terrifier un humain et plus l’humain a peur, plus l’esprit élémentaire en retire du plaisir.

POUVOIR : Toute créature vivante, qu’elle soit humaine, animale, ou même végétale, cherche le pouvoir. Dans la forêt les plantes grimpantes se tracent un chemin à travers la terre vers l’arbre le plus haut. Elles croissent et grimpent tout en haut jusqu’aux plus hautes branches, là où elles tirent un pouvoir supplémentaire du soleil. La plante grandit et ce faisant, étrangle son hôte involontaire. Pensez au lierre autour d’un vieux sapin ; enlevez le lierre et voyez les entailles profondes dans l’écorce de l’arbre.

L’animal fort cherche à dominer ceux de son espèce qui sont plus faibles. Il pense qu’en dominant il n’a rien à craindre, car si les autres ont peur de lui, ils auront peur d’attaquer.

Les humains cherchent le pouvoir par le mauvais emploi de l’argent, ou par leur prétendue importance. D’autres cherchent le pouvoir en prétendant être supérieurs dans une certaine croyance religieuse et en disant aux autres qu’il y aura toutes sortes de tortures, de supplices, de souffrances, à moins que le plus faible n’obéisse au plus fort.

Ceux qui abusent du pouvoir doivent se souvenir de ceci : "Que l’homme puissant soit généreux au pauvre et au nécessiteux, car le cycle de la vie tourne comme la roue d’un chariot, apportant la richesse à l’un et la pauvreté à l’autre, apportant le bonheur à l’un et le

malheur à l’autre. Comme la roue tourne vie après vie, chaque vie étant comme un rayon de la roue, ainsi le riche devient pauvre et le pauvre devient riche, ceux qui souffrent maintenant auront du bonheur ensuite et ceux qui trop se réjouissent sans venir en aide aux autres connaîtront les affres de la misère, de la douleur et du chagrin. Que l’homme puissant, donc, soit charitable, qu’il soit serviable, qu’il apporte aide et secours à ceux qui sont dans le besoin afin qu’en son temps de besoin, il reçoive l’aide des autres."

Mais le véritable pouvoir pendant qu’on est sur la Terre est le pouvoir conféré par la méditation. En méditant correctement nous pouvons obtenir :

1. Libre accès aux Archives Akashiques. Ceci nous donnera une connaissance de tout ce qui s’est produit dans le passé, non pas simplement pour nous, mais pour le monde entier et les mondes au-delà. Nous connaîtrons, aussi, des choses qui se passent à l’heure actuelle et si nous avons une raison pour le faire, nous pouvons voir le Document Akashique des probabilités du futur.
2. Communication télépathique avec les animaux ; une expérience des plus enrichissantes, car les animaux possèdent une haute intelligence dont les humains ne se rendent pas compte.
3. Une connaissance de nos vies passées et des vies passées d’autres personnes. Une connaissance obtenue par des méthodes autres que des incursions dans les Archives Akashiques.
4. Communion télépathique avec ceux de stature spirituelle égale, peu importe la partie du monde où

ils se trouvent, et peu importe s’ils se trouvent à l’extérieur de ce monde.

5. Connaissance de l’heure probable de notre mort, ce qui nous permet de nous assurer que nos dettes sont payées et que notre conscience est claire.

6. Clairvoyance. La faculté de voir des endroits très éloignés, de voir des événements et les probabilités d’événements.

7. Méditation qui nous permet de contrôler la matière. Il existe un pouvoir de l’esprit sur la matière, et quand il en est ainsi nous pouvons voyager dans l’astral, parce que le voyage astral est vraiment quelque chose de simple.

PRALAYA : Les savants viennent juste de découvrir ce que les humains ordinaires ont su depuis des siècles ; les humains et les animaux doivent dormir au bout d’un certain nombre d’heures, sinon la vie ne peut pas continuer. Or, il est quelque chose que la science Orientale connaît depuis des siècles : l’Univers tout entier doit ‘dormir’ à certains intervalles.

À de longs, longs intervalles l’Univers dort et c’est ce qu’on appelle Pralaya. Selon la croyance Hindoue, il y a diverses périodes et après chaque cycle de ces périodes l’Univers s’endort tandis que de nouveaux peuples sont ‘conçus’ et de nouveaux mondes sont élaborés. De telles choses peuvent être observées dans les Archives Akashiques.

PRANA : Il y a deux sens à ceci. Le premier est celui d’un Chakra relié au plexus cardiaque. Ce Prana contrôle l’état et la santé du coeur. Il est relié à ce

faisceau de nerfs dans le coeur qui donne un choc au muscle du coeur et ainsi le fait battre à un certain rythme.

Dans l'aura, cette forme de Prana présente une couleur jaune-orange qui tend à devenir d'une teinte rougeâtre chez ceux qui ont de très forts désirs de nature inférieure animale, tels que le goût excessif du sexe ou de la nourriture.

Le deuxième Prana est mieux connu de la personne moyenne. Il est lié à la respiration et au contrôle du souffle. Nous n'en parlerons pas ici, car au Supplément A à la fin de ce Dictionnaire nous aurons une série d'exercices respiratoires très sûrs, très sains.

PREUVES : Il est triste de constater que tant de gens demandent des preuves de toutes choses. Comment savez-vous qu'il y a un Dieu ? La réponse, c'est qu'il est impossible de 'prouver' l'existence de Dieu à ceux dont l'esprit est uniquement orienté vers ce qui est matériel. Vous devez prendre votre croyance en un Dieu comme une croyance, vous avez la foi qu'Il existe et c'est tout ce que vous pouvez faire tant que vous êtes dans la chair.

Comment savez-vous qu'il y a une 'prochaine vie' ? Comment savez-vous qu'il y a un monde astral où nous pouvons rencontrer des amis et faire des plans pour une meilleure vie ? À moins que vous ne puissiez faire le voyage astral consciemment, vous devez vous contenter d'avoir la foi ici aussi. Les gens qui vont de 'l'Autre Côté' à volonté et qui se souviennent parfaitement, n'ont pas la foi, mais plutôt la

connaissance ; ils ont acquis la certitude de ce qui, auparavant, était une affaire de foi.

L'attitude tibétaine sur la 'preuve' peut être présentée de la façon suivante : ce qui est n'a pas besoin de preuve ; ce qui n'est PAS ne peut pas être prouvé. C'est pourquoi il n'est pas correct de demander ou de donner des preuves.

L'une des choses les plus difficiles que nous ayons à combattre est ce désir continuel de preuves. Demander sans cesse une preuve rend tout progrès réel impossible pour nous. Ceux qui peuvent produire des manifestations psychiques peuvent rarement le faire sous les prétendues conditions scientifiques, parce que l'atmosphère générale de suspicion, d'incrédulité et de haine entravent les vibrations plus élevées qui sont nécessaires à la réalisation de telles matérialisations.

Les soi-disant, prétendus enquêteurs ont rarement les qualités ou les qualifications pour examiner l'occulte. Les gens n'ont pas à croire ou à ne pas croire. La seule chose requise c'est un esprit ouvert et un désir, un désir sincère, d'examiner les faits sans partialité.

PRIÈRE : Les gens prient chaque dimanche et oublient ensuite la prière pour le reste de la semaine, puis les Chrétiens se moquent des Bouddhistes qui répètent des mantras. Une prière est un mantra, un mantra est une prière.

Le but de la prière est de réveiller notre puissant subconscient et de faire travailler le paresseux gaillard, le faire s'activer pour stimuler ces parties de notre corps ou de notre esprit qui vont nous donner la force

de faire nous-mêmes ce que nous prions pour que d'autres fassent.

Lorsque nous prions, le message est transmis à notre marionnettiste, notre Sur-Moi, et si notre Sur-Moi pense que ce que nous avons demandé dans notre prière est essentiel à l'accomplissement de notre tâche, alors nous pouvons obtenir de l'aide dans la réalisation de notre ambition.

On a constaté que la plupart des gens prient pour obtenir des biens matériels et la puissance, plutôt que de prier pour le bien des autres !

PSYCHOMÉTRIE : Un 'sensitif' peut palper un objet et en dire long à son sujet. Par exemple : un sensitif peut ramasser une pierre au bord d'un lac ou sur une plage, puis en s'asseyant et en faisant le vide dans son esprit, son sub-conscient peut activer des sens para-normaux pour que les doigts puissent transmettre des vibrations au cerveau qui forment alors des images. Toute vie est électrique et magnétique, et tout ce qui a été touché par une personne garde à jamais la marque de cette personne. C'est comme toucher un morceau de fer avec un aimant ; vous constatez que vous avez en partie magnétisé le morceau de fer. Un galvanomètre ou même une boussole magnétique ordinaire peut détecter le magnétisme communiqué au fer par le léger contact avec l'aimant.

De la même façon, une personne qui s'adonne à la psychométrie peut toucher une pierre, une bague, ou un vêtement, et peut décrire des scènes du passé de cet article.

Une telle personne ne le fera pas pour un gain personnel, ni non plus comme un truc de scène, mais seulement pour aider les autres.

PURGATOIRE : Ce n’est pas l’enfer, cela n’a rien à voir avec l’enfer. C’est plutôt semblable à la Salle des Souvenirs du monde astral.

Disons que vous avez une théière en argent. En l’utilisant, elle sera tachée de tanin à l’intérieur et de quelques autres marques à l’extérieur. Eh bien, si vous pensez vendre la chose, ou l’offrir en cadeau de mariage, vous allez prendre des mesures pour enlever la saleté.

De même, quand un humain ou un animal quitte ce monde, il passe un très court séjour au ‘purgatoire’ où l’âme, ou le Sur-Moi, voit les erreurs commises dans la vie qui vient de se terminer, et certains visages astraux deviennent très rouges en de telles circonstances ! Ce purgatoire n’est pas un centre de châtiments, ce n’est pas la prison locale, ce n’est pas l’enfer, et il n’y a pas de démons qui vous piquent allègrement avec des fourches chauffées au rouge. Le purgatoire est simplement un endroit où vous perdez un peu de votre vanité, certaines de vos illusions, et où vous faites face au fait que même si sur Terre vous possédiez beaucoup d’argent, etc., et que les gens avaient peur de vous, ici tout est bien différent ; vous n’avez pas apporté votre argent avec vous.

Il n’y a rien à craindre dans le purgatoire. C’est franchement une agréable expérience, en réalité, de se débarrasser de la crasse accumulée au cours de la vie sur Terre.

Q

QUALITÉS : Il est inutile pour qui que ce soit de faire une demande pour un emploi spécialisé sans avoir les qualifications nécessaires pour cet emploi. On n'essaie pas d'obtenir une place de cuisinier quand on a pour spécialité la plongée sous-marine. De même il faut posséder certaines qualifications ou qualités avant de pouvoir progresser sur la Voie ascendante de l'évolution.

Parmi les qualités qu'il faut cultiver, on compte celles de la stabilité ; la stabilité de but, la stabilité de caractère, et la stabilité d'esprit.

L'on doit avoir la motivation nécessaire qui nous donne la stimulation pour suivre la voie beaucoup plus difficile qui exige de bien faire, de bien penser, de bien agir, et d'être droit. Sans stimulation, sans l'incitation nécessaire à l'activité, on est comme un légume et si pur que soit un légume, il ne grimpe pas très rapidement.

Les deux premières qualités sont donc d'abord la stabilité et deuxièmement, la motivation. La troisième qualité, c'est l'ordre. À moins que l'on ne puisse maintenir l'ordre dans ce mécanisme compliqué qu'est le corps humain, on ne peut pas faire de progrès. Il faut avoir de l'ordre dans ses actes et dans son esprit, il faut avoir la conviction et la connaissance que l'on fait 'la bonne chose'.

Une petite chose bien faite vaut beaucoup mieux qu'un millier de choses mal faites. Il faut agir au lieu de

parler sans rien faire, car parler inutilement gonfle l'égo et mène à une fausse évaluation de ses propres vertus et vices.

QUÊTE : Nous venons sur cette Terre en quête de connaissance, en quête de purification. Nous venons pour que, par la souffrance (et elle ne nous est pas mesurée !), notre âme puisse être purifiée tout comme les minerais sont mis à fondre dans une fournaise pour les débarrasser de leurs impuretés et de leurs scories.

Un Sur-Moi peut avoir certains désirs. Comparons cela à un costume que vous portez et qui a une tache. Vous envoyez éventuellement ce costume chez le teinturier là où — selon sa propre opinion — il se fait mal traiter : il est plongé dans divers solvants, battu, secoué, et écrasé sous des fers chauds ; mais il arrive parfois que la tache disparaisse.

Le Sur-moi envoie sur Terre les parties souillées de lui-même où, il est à espérer, les défauts disparaîtront suite aux épreuves.

La quête est la recherche de la purification du Sur-Moi ou, si vous aimez la mythologie antique, la recherche de la Toison d'Or, celle qui n'a aucune impureté, celle qui est propre, pure et spirituelle.

R

RAGA : C'est un autre mot pour l'émotion, pour le 'goût', pour le plaisir. Il découle généralement du souvenir d'un objet agréable, ou d'une idée, ou d'une personne. C'est, bien sûr, un terme abstrait.

Il y a une autre signification pour Raga, parce que c’est une forme spécialisée de composition musicale indienne.

Issu du premier sens de Raga, il y a le Raga-Bhakti, qui est la floraison spontanée de l’amour spirituel. C’est généralement provoqué par une certaine expérience intense et inattendue ou une émotion.

Une autre forme de Raga est le Raga-Dwesha, et c’est l’attirance et la répulsion à l’égard des gens. Nous rencontrons parfois une personne que nous aimons intensément à première vue ; nous appelons cela ‘le coup de foudre’. Nous avons aussi le contraire — nous voyons une personne et nous la détestons cordialement à première vue.

Ces sentiments doivent être éliminés par la personne qui progresse parce que aimer et détester, sans raison apparente, est signe d’ignorance et un manquement pour réussir sur une base spirituelle.

RAJA YOGA : Raja veut dire ‘Royal’ et ainsi on l’appelle souvent le ‘Yoga Royal’. C’est l’une des quatre voies principales qui nous permettent de revenir au Grand Sur-Moi. Le Raja Yoga forme l’humanité à la maîtrise de soi. Il enseigne que l’on ne doit pas être dépendant des autres, mais que l’on doit surmonter ses propres difficultés soi-même.

RECHAKA : C’est le processus par lequel on expulse au maximum l’air des poumons afin de pouvoir absorber de l’air frais quand on pratique divers exercices de respiration.

Nous n'allons pas nous occuper de cela ici parce que le Supplément A est consacré aux différentes méthodes de respiration.

RÉCRÉATION : Savez-vous ce qu'est réellement la récréation ? Re-création, c'est-à-dire créer de nouveau.

Une personne devient maussade et lasse en travaillant trop longtemps à une chose particulière. Il se peut qu'elle soit à son bureau toute la journée à additionner d'interminables colonnes de chiffres. À la fin de la journée, la personne à l'air ‘morte de fatigue', mais elle sort alors et ‘re-crée' son énergie, c'est-à-dire qu'elle récupère en se livrant soit à une nouvelle forme d'exercice, de passe-temps, ou de travail. La récréation est nécessaire si l'on veut donner son meilleur rendement dans n'importe quel domaine.

REGARD-DE-MUR : Les moines Bouddhistes, quand ils méditent, essaient de s'asseoir le regard parfaitement vide, ils essaient de n'avoir aucune expression, ils essaient d'être complètement immobiles, et c'est ainsi que l'on dit souvent qu'un moine a le regard aussi vide qu'un mur !

RÉINCARNATION : La réincarnation est l'acte de revenir du monde de l'esprit au monde matériel. Le sens du temps sur un monde matériel et sur celui du monde spirituel est tout à fait différent et donc on peut apprendre beaucoup plus vite sur une planète matérielle qu'on ne le peut dans le monde de l'esprit.

Les gens continuent de revenir sur la Terre — ou sur d'autres Terres — de la même manière que l'on va à l'école ; on quitte la maison le matin pour aller à l'école, où il est prévu que l'on apprendra certaines

leçons. À la fin de la journée scolaire, on retourne à la maison.

Quand on réussit une classe on est promu à la suivante jusqu'à ce qu'on ait appris, en théorie, tout ce que cette école peut nous enseigner et on passe alors à une catégorie supérieure d'école et de là, au collège ou à l'université.

De même, on vient sur cette Terre, et on continue de revenir sur la Terre pour entrer dans différentes 'classes'. Quand nous avons appris ce que la Terre peut nous enseigner, nous passons à un monde différent, tout comme l'adolescent passe à une classe supérieure à l'école.

RELAXATION : Il est essentiel qu'une personne puisse se détendre et peu de gens le peuvent parce qu'ils sont trop impatients, trop pressés d'obtenir des résultats sans rien faire.

On peut se détendre n'importe où. Asseyez-vous, affalez-vous, sur une chaise. Examinez (mentalement) vos muscles un par un. Votre pied est-il à l'angle le plus confortable ? Avez-vous une contraction dans le muscle du mollet ? Et votre dos ? Êtes-vous vraiment assis dans une position qui ne vous demande aucun effort à maintenir ?

Examinez-vous mentalement, partie par partie. Assurez-vous que tous vos muscles sont relâchés — VRAIMENT relâchés. Êtes-vous certain que tout est lâche ? Comment est votre visage : pourquoi pincez-vous les lèvres ? Pourquoi vos paupières sont-elles si étroitement fermées ? Relaxez-vous ! Détendez vos muscles. Imaginez que vous venez de tomber d'un

avion et que vous êtes étalé sur le sol. Vous seriez alors bel et bien détendu ! Si vous pouvez détendre tous vos muscles afin de ne pas être sous une tension musculaire constante, votre santé s'améliorera. Essayez !

RESPIRATION : Il faudrait aussi lui donner le nom de Pranayama, mais comme cela ne signifierait rien pour la majorité des gens, contentons-nous du mot Respiration.

Il y a une section spéciale à la fin de ce Dictionnaire traitant des différents systèmes de respiration, traitant de différents exercices en matière de respiration, mais spécifions maintenant que la respiration concerne le rythme adopté pour aspirer l'air, le retenir et le rejeter.

Prenons comme exemple une unité de temps propre à une personne, puis prenons une unité de ce temps pour aspirer, quatre unités de ce temps pour retenir la respiration et deux unités de temps pour exhaler. C'est un rythme de respiration confortable pour inciter au calme.

Comme unité de temps prenons, disons, trois secondes et ainsi nous inspirons pendant trois secondes, retenons notre souffle pendant trois fois quatre, c'est-à-dire douze secondes, et expirons pendant trois fois deux, soit six secondes.

Il est fortement conseillé de ne pas pratiquer différents systèmes de respiration Yogique jusqu'à ce que vous sachiez ce que vous faites, parce que jusqu'à ce que vous ayez une connaissance précise de ce que vous essayez et pourquoi, et ce que peuvent en être les résultats, vous pouvez mettre votre santé en danger.

Les exercices donnés à la fin de ce Dictionnaire sont tout à fait, tout à fait inoffensifs et sont, en fait, vraiment utiles.

RÊVES : L'un des sujets les plus mal compris de tous. L'Homme Occidental est conditionné de telle sorte qu'il ne croit que rarement au voyage astral et autres choses de ce genre. C'est ainsi que, lorsque son corps astral rejoint son corps physique, chargé de toutes sortes de souvenirs intéressants, le corps charnel refuse ces souvenirs en tant que tels et les arrange pour qu'ils soient conformes à l'idée qu'un Occidental peut se faire des rêves. Ainsi une personne qui a rencontré quelqu'un d'autre dans le monde astral et discuté divers plans d'action, dira à son réveil : 'Oh, j'ai rêvé d'un tel, cette nuit. Il était de mauvaise humeur. Je me demande ce que ça veut dire ?'

Certains rêves, évidemment, peuvent être causés par le fait d'avoir trop mangé et trop richement avant d'aller au lit, mais ce n'est là qu'une simple perturbation des fonctions du corps et ne peut pas être pris au sérieux. Dans ce cas, le mental inférieur et l'esprit émotif se réunissent et mettent de côté la partie raisonnante de l'esprit. Aussitôt réveillé on devrait mettre par écrit nos soi-disant 'rêves', parce que si cela est fait consciencieusement, on atteint rapidement le stade où l'on est capable de se rappeler les expériences réelles du voyage astral qui a occasionné ce qui est appelé à tort un 'rêve'.

RISHI : C'est un Saint, ou une personne qui mène une bonne vie, ou quelqu'un qui a des facultés médiumniques.

Habituellement un Rishi est une personne qui d'une certaine façon a été responsable des Écritures Sacrées d'une religion.
Rishi — un prophète inspiré.

RITES : Les rites sont des disciplines et ils seront appelés païens ou civilisés selon que vous ferez référence à quelqu'un d'autre ou à vous-même.
L'Église Catholique, par exemple, a un rituel très compliqué et dans tous les pays où l'apparat est utilisé c'est dans le but d'attirer les gens, de les retenir par cette forme de discipline uniforme.
Les rites mettent une personne dans un certain état d'esprit, et en étant dans un certain état d'esprit on devient réceptif, ou perceptif, à certaines choses.

ROSAIRE : De nombreuses religions utilisent un rosaire — une enfilade de perles — afin que la personne qui récite ses prières ou ses mantras puisse, en tâtant les perles du doigt, se souvenir de dire ses prières dans un certain ordre ou un nombre de fois précis.
Un rosaire — un chapelet — est simplement une forme élémentaire de calculatrice qui dit au subconscient qu'une chose est faite dans le bon ordre, ou le bon nombre de fois.
Égrener un chapelet a souvent un effet calmant sur les gens et résout l'éternel problème de 'ne pas savoir quoi faire de ses mains' !

S

SADHANA : C'est un mot qui se rapporte à diverses disciplines spirituelles. Les Sadhanas sont principalement quatre moyens de parvenir à l'affranchissement des désirs. Cela fait aussi partie du Dama (voir ce mot).

Les disciplines concernent l'affranchissement de la luxure et ses semblables, et n'ont pas besoin d'être détaillés parce que ce livre entier leur est consacré !

SADHU : Un saint homme, peut-être un ermite, mais surtout un moine. Une personne qui quitte une lamaserie ou un monastère et se mêle aux gens est appelé un 'Sadhu' de la même manière que parmi les Chrétiens une personne semblable serait appelée 'Père' ou 'Révérend'.

SAHASRARA : C'est le plus élevé des centres physiques de la conscience Yogique. C'est le septième et bien que, comme mentionné précédemment dans ce livre, il y ait neuf centres, on n'en nomme que sept en Occident.

Sahasrara est aussi appelé Le Lotus aux Mille Pétales et un clairvoyant peut le voir émerger du sommet de la tête comme une fontaine de lumière dorée, et tous les pétales autour de la base sont de toutes les couleurs imaginables.

SAMADHI : C'est l'état particulier d'être intensément conscient de la 'réalité'. À certains stades, quand une personne a beaucoup progressé, elle atteint un état 'super-conscient' où elle est consciente des réalités

divines, qui ne peuvent être prouvées, mais qu'elle SAIT être vraies.

C'est aussi une forme particulière de connaissance où l'on reçoit l'illumination de façon spontanée. Une personne peut être à réfléchir sur le sens d'un mot et soudain, dans un éclair, avoir une révélation qui lui donne instantanément et de façon inattendue la pleine signification de ce sur quoi elle méditait.

SAMANA : Au centre du plexus solaire se tient ce qui est généralement appelé 'une force vitale'. C'est une émanation qui peut être clairement vue par n'importe quel clairvoyant en herbe. La couleur est affectée par les sécrétions gastriques alentour et est donc d'un vert nuageux la plupart du temps, quelque chose comme du jade ou, lorsqu'une légère digestion est en cours, elle peut être d'une couleur de lait jaunâtre.

SAMATWA : Tranquillité de tempérament, placidité d'esprit, absence totale de mécontentement, d'aversion ou d'antagonisme. Un état d'esprit où l'on est capable de considérer les choses sans passion, sans préjugé ni rancoeur.

SAMSARA : Les gens viennent sur la Terre suivant un cycle de naissance, vie, mort, planification, et renaissance maintes et maintes fois, dans un interminable cycle qui demeure interminable jusqu'à ce que l'on progresse par le biais de chaque signe et chaque quadrant du zodiaque, et apprenne tout ce qui doit être appris, apprenne ce qui nous libère des liens de la chair, et donc de la nécessité de se réincarner.

SANCHITA KARMA : Beaucoup de gens considèrent le Karma comme un traitement cruel, impitoyable, implacable, mais ce n'est pas le cas.

Les gens peuvent avoir beaucoup de leur Karma 'mis de côté', c'est-à-dire mis en attente pour voir comment le malheureux possesseur se débrouille. Alors, si la personne fait des progrès et essaie honnêtement d'aider les autres, son 'Karma stocké' peut lui être pardonné, car tout comme vous pardonnez aux autres leurs péchés envers vous, ainsi les autres vous pardonneront les péchés que vous avez commis à leur endroit.

Le Dieu de tous est miséricordieux et juste, mais d'une justice tempérée et modérée par la compassion. Personne né sur Terre n'est jamais appelé à souffrir plus que ce qu'il peut supporter. Personne n'a jamais à 'rembourser' ce qui l'écraserait. Ainsi, donc, le Karma stocké peut être annulé, contourné, mis au rebut, si la personne qui est affligée d'un tel Karma prouve qu'elle est digne de pardon.

À titre d'illustration, prenons une personne qui ait été vraiment très cruelle dans le passé. Le Karma ne signifie pas qu'elle doive souffrir de cruauté à cause de cela, car si elle se réincarne et s'efforce consciencieusement d'expier par la bonté, la cruauté Karmique est alors mise au rebut.

SANNYAS : Ceci se réfère en réalité à une vie d'abnégation complète. Cela s'applique généralement à celui qui est entré dans une lamaserie ou un monastère et qui a consacré sa vie entière à l'acquisition du savoir. Là encore, il ne peut progresser à moins de

donner librement, à moins d'être désireux de sacrifier ce qu'il désire pour lui-même et de le donner pour le bien des autres. C'est la dernière des quatre étapes qui divisent la vie d'un individu.

Il y a un second sens à Sannyas et c'est une initiation durant laquelle une personne qui se prépare à devenir moine prononce les voeux définitifs de renoncement total et retrait du monde.

SARASVATI : La plupart des religions ont 'une Mère Divine'. Il y a la Mère Divine de la foi Chrétienne, la Mère Divine de la foi Lamastique et la Mère Divine épouse de Brahma.

Sarasvati est la Déesse de l'Érudition et la Sainte Patronne des Arts.

SAT : Ceci, en terme Occidental, peut être interprété comme l'existence absolue, ou l'Être pur en dehors de la Terre. C'est la réalité, le Sur-Moi, ce que nous deviendrons si nous nous comportons bien et si nous attendons assez longtemps.

SATYA : Ceci signifie véracité et abstention de tromper les autres. C'est connu comme la Deuxième des Abstinences. Il faut être complètement véridique, complètement honnête avec soi-même, comme avec les autres, si l'on veut faire des progrès.

SATYA YUGA : C'est la première des quatre périodes du monde. Diverses religions divisent les périodes du monde en un certain nombre d'années, et Satya Yuga, également connu comme Krita, divise les périodes en 1 728 000 ans.

SÉANCES (de spiritisme) : Il est étonnamment facile d'entrer en contact avec 'l'Autre Côté'. Il est étonnamment facile d'entrer en contact avec des esprits élémentaires qui prétendent être un cher ami ou parent disparus.

Il existe certaines personnes, pas nécessairement évoluées, pas nécessairement bonnes, pas nécessairement mauvaises, mais certaines personnes qui, par le biais d'un caprice du métabolisme, peuvent élever leurs vibrations pour qu'elles se rapprochent de l'harmonique de la vibration fondamentale d'une certaine entité du monde astral. Il se peut que la personne, que l'on appelle alors 'un médium' (un moyen de communication), reçoive des informations d'une personne qui a récemment, ou pas si récemment, quitté le monde.

Il est terriblement dangereux d'utiliser de tels messages à moins que le médium ne soit extrêmement bien connu, c'est-à-dire à moins que vous ne soyez certain que le médium soit au-dessus de tout soupçon. Ceci ne veut pas dire que le médium va nécessairement tenter de vous tromper, mais il se peut que la personne n'ait pas les connaissances intellectuelles ou les qualifications qui lui permettraient de distinguer entre ce qui est frauduleux et ce qui est authentique.

En général, les gens qui ont quitté cette vie sont beaucoup trop occupés pour envoyer d'absurdes messages ; ils ont du travail à faire, ils sont peut-être à se préparer pour une nouvelle incarnation. Ainsi, Tante Fanny ne reviendra pas pour vous rappeler d'arroser les fleurs, ou vous dire que son Testament perdu depuis si

longtemps est dans le troisième tiroir du bas de la vieille commode !

SHAKTI : Là encore, nous avons la Mère de l'Univers. La Mère est le principe de l'Énergie Première. Elle est ce qui crée, préserve et termine l'Univers. Shakti c'est, aussi, les forces vues dans l'Univers manifesté.

Ce monde-ci est un monde négatif, aussi le principe négatif est le principe féminin. Quand nous passons au-delà de ce monde nous passons à un monde positif, nous passons, en termes de la tradition ésotérique, dans le monde de Dieu. Ici sur Terre nous sommes dans le monde de la Déesse, le principe négatif.

Les pouvoirs qui viennent du principe de la Déesse sont ceux liés à la clairvoyance, la clairaudience, la télépathie, la psychométrie, etc., et ces pouvoirs comprennent aussi les images-pensées qui surgissent sans activité de pensée.

Un troisième pouvoir qui vient du principe féminin ici, est le pouvoir du son, le pouvoir de l'expression vocale, le pouvoir de composer de la musique.

Selon la croyance Hindoue, nous devons connaître la grâce de la Mère-Dieu avant que le véritable aspect de Dieu ne devienne apparent.

SHANTI : Dans les lamaseries et les monastères bouddhistes le mot Shanti, qui signifie la paix, sera répété à la fin d'un sermon.

Dans les lamaseries tibétaines, on fait la lecture à ceux qui prennent un repas pour que leurs pensées soient détournées du simple aspect physique de la nourriture. À la fin de la lecture le Lecteur souvent répétera trois fois : 'Om, Shanti, Shanti, Shanti'. C'est

simplement une exhortation à la paix tout comme dans certains monastères chrétiens les mots ‘Pax vobiscum’ sont répétés, signifiant ‘Que la paix soit avec vous’.

SHATSAMPATTI : Une personne qui étudie sous la tutelle d’un Gourou avancé, dans le but de s’affranchir des appétits et des désirs de la chair, apprendra six choses principales, qui sont :

l. Shama : c’est la capacité de rester tranquille et de diriger ses pensées, de contrôler son esprit de sorte que les désirs du corps soient mis de côté.

2. Dama : c’est un système de Disciplines qui nous rend capable de contrôler le corps après que l’esprit ait été élevé à un état où les désirs du corps peuvent être exorcisés.

3. Uparati : ce système nous enseigne à ne pas désirer les biens de son voisin. Il nous enseigne à être circonspect dans le choix de nos associés et de nos possessions ; il nous enseigne à nous contenter de ce que nous avons.

4. Titiksha : c’est la capacité de supporter gaiement et patiemment les difficultés qui nous sont imposées par notre Karma en voie d’évolution.

5. Shraddha : sous ce système, on doit être sincère et honnête avec soi-même et avec les autres. On doit arracher les illusions et les faussetés qui nous entourent. En termes Occidentaux, cela implique que l’on doit cesser d’être un ‘Walter Mitty’ *(Personnage inventé par l’humoriste américain Thurber, qui déclenchait en lui, à volonté, tout un monde imaginaire*

et glorieux dont il était le héros, prenant ainsi sa revanche sur sa médiocrité et sa lâcheté, NdT).

6. Samadhana : ici on est capable de concentrer ses forces, ses capacités, à un seul but. On ne se laisse pas détourner par des distractions temporaires. On poursuit plutôt un chemin constant, droit devant soi, pour se libérer du cycle des réincarnations avec prudence.

SHENG JEN : C’est le nom que donnent les Chinois à un homme sage, à celui qui a beaucoup étudié, un sage, un homme bon, celui qui peut contrôler les autres avec bonté et maintenir la discipline par la bonté plutôt que par la force. De là nous avons :

SHENG WANG : Un souverain idéal, celui qui a la sagesse intérieure ainsi que les aptitudes pour être un bon souverain.

SHIH FEI : Ce sont les contraires, le bien et le mal, la vérité et le mensonge ou les erreurs. Ce qui est correct et ce qui est incorrect.

SHIVA : Ce mot a de nombreuses significations. Dans la trinité divine Hindoue il signifie le Dieu qui nous désunit de la Terre, le pouvoir appelé ‘le destructeur’ qui libère les humains de leur corps-terre. C’est un ‘Dieu’ vénéré par les Yogis qui cherchent la libération de la chair.

Nous avons trois formes, qui sont la naissance, la vie et la mort. Il y a un ‘Dieu’ qui détermine le moment où nous allons naître. Il y a un ‘Dieu’ qui nous surveille pendant la vie, et il y a un ‘Dieu’ (Shiva) qui nous libère de la Terre sous la forme de la mort.

SIDDHA : C'est celui qui a progressé à travers les divers cycles d'incarnations et est maintenant une 'Âme Parfaite', celui qui n'a pas encore atteint le stade de réelle Divinité, mais qui progresse et est donc au stade de semi-Divinité.

De là nous avons :

SIDDHI : Ceci signifie la perfection spirituelle. Cela signifie également qu'une personne dispose d'un pouvoir occulte considérable.

SPHOTA : C'est quelque chose, peut-être une pensée, ou un son particulier (tel que 'Om'), qui fait s'ouvrir l'esprit comme une fleur au soleil. C'est quelque chose qui stimule notre esprit à un degré de conscience inattendu. C'est ce pour quoi nous luttons sur Terre afin de pouvoir devenir des êtres éclairés.

SRI : Ceci veut simplement dire 'Révérend', ou 'Saint', quand il précède le nom d'une personnalité sainte ou d'un livre saint. Autrement, il est utilisé dans le même sens que les Anglais utilisent le mot 'Esquire' (Gentilhomme, NdT) ou les Américains utilisent 'Mister' (Monsieur, NdT).

SRIMATI : Une forme d'adresse très répandue en Inde. C'est l'équivalent de 'Mademoiselle' ou 'Madame' ou 'Señorita' ou 'Señora'. Il n'y a rien de mystique, rien de religieux là-dedans, c'est juste une manière générale de s'adresser aux dames avec ou sans culture.

SSU TUAN : Ce sont les quatre éléments essentiels à l'humanité :

1. Être 'humain'.

2. Avoir la bonne sorte de ‘droiture’.
3. Avoir un sens correct des convenances.
4. Avoir une sagesse mature.

SUB-CONSCIENT : Le sub-conscient a la plus grande part dans la composition de notre être. En effet, nous sommes un dixième conscient seulement et neuf dixièmes sub-conscient. L’humain moyen n’est pas capable de faire appel à la connaissance du sub-conscient, mais quand l’humain moyen cesse d’être moyen et devient un Adepte, la totalité des connaissances du sub-conscient peut être examinée ; tout ce qui s’est produit dans la vie humaine est contenu dans le sub-conscient.

SUBTIL, CORPS : Le Corps Subtil consiste en dix-sept éléments complets. Ce sont :

1. La vue.
2. L’ouïe.
3. L’odorat.
4. Le goût.
5. Le toucher.
6. La langue.
7. Les mains.
8. Les pieds.
9. Les organes d’excrétion.
10. Les organes de reproduction.

Parmi les sept autres, on compte des éléments tels que le contrôle de la respiration, le contrôle de la digestion, l’esprit et l’intellect.

SUR-MOI : Il y a beaucoup de confusion au sujet de l'égo, l'âme, le sur-moi et tout le reste. Eh bien, rappelons-nous qu'ici-bas nous sommes comme des marionnettes. À ce stade-ci vous pouvez consulter le mot 'marionnettes' que vous trouverez sous la lettre P (PLANS D'EXISTENCE — marionnettes).

Le Sur-Moi est l'âme, le super-égo, le super-être, le superviseur, celui qui nous manipule à partir d'un certain plan d'existence éloigné. Le Sur-Moi est le 'Moi' véritable.

Beaucoup de gens ont prétendu avoir été l'auteur du mot 'Sur-Moi', mais en réalité il vient d'un très ancien mot tibétain qui indique en gros 'l'Homme en Charge Là-Haut'. Alors, quand vous pensez à vous-même ici-bas, vous devriez vous considérer comme une marionnette se balançant au bout d'une ficelle, la ficelle qui est la Corde d'Argent, et essayant de mener à bien les désirs de l'Homme en Charge Là-Haut.

Si vous êtes très savant, vous pouvez aimer avoir le nom Sanscrit ; en Sanscrit le Sur-Moi est appelé Adhyatma et en Sanscrit cela signifie le noyau entier, le pouvoir entier, la source entière de notre existence ; c'est le point à partir duquel tous les sentiments, tous les sens, tout ce qui nous concerne, tirent leurs origines, et vers lequel tout ce qui nous concerne retourne.

SUSHUMNA : Quand la Kundalini devient éveillée, elle passe au travers des centres de conscience qui sont en fait situés dans le Sushumna.

Le Sushumna est un canal dans le corps subtil qui est directement à l'intérieur de la colonne vertébrale. Il

commence tout en bas de la colonne et va droit au sommet. La colonne vertébrale, en fait, est un tube dont la partie creuse est le Sushumna.

Il y a deux autres canaux à l'extérieur du Sushumna ; celui sur la droite est le Pingala et celui sur la gauche est l'Ida. Ils montent en spirale pour s'unir ensuite.

Ces trois canaux donnent naissance à la Trinité qui est commune à la plupart des religions.

SUTRA : C'est une phrase concise contenant une doctrine générale. C'est un système selon lequel beaucoup de vérité est condensée dans peu d'espace.

En Orient, les Sutras Védanta et Yoga sont les illustrations les mieux connues.

SVAHA : C'est un mantra prononcé après une prière ou au cours d'une cérémonie religieuse. Il signifie 'Amen'. En d'autres mots — 'Ainsi soit-il !'

SWADHISHTHANA, CHAKRA : Celui-ci est situé autour de la zone des organes génitaux. Il est en forme d'un Lotus contenant six pétales. Chez une personne peu évoluée, lascive, la couleur des pétales sera d'un brun-rouge très foncé, une couleur extrêmement désagréable. À mesure que la personne évolue, la partie brunâtre du rouge disparaît et devient rouge vif.

Quand la personne est évoluée, la couleur se change en un orange-rouge et plus grand est le degré de spiritualité, plus il y a de jaune et moins de rouge.

La fleur a un centre creux dans lequel apparaissent des radiations dont la forme exacte dépend de l'état d'évolution de la personne qui la possède.

SWAMI : C’est à peu près la même chose qu’un Gourou. C’est un Maître ou un Professeur Spirituel. On l’utilise devant le nom de la personne — Swami Untel — et ça signifie la même chose que ‘Professeur’, ‘Sa Sainteté’, etc. C’est un titre qui est donné quand on a atteint le stade où il est mérité. Si vous voulez être très respectueux envers un Swami, vous l’appellerez Swamiji.

T

TAI CHI : Les hommes sages de la Chine utilisaient Tai Chi pour indiquer ce à quoi nous retournons quand nous quittons ce monde. C’est le Suprême, ou la fin de toutes choses incarnées. C’est la réunion avec son Sur-Moi, un état qui, sur Terre, peut seulement être comparé à la ‘béatitude’.

TAMAS : C’est l’inertie, la paresse, les préjugés. C’est ce qui permet aux choses de maintenir une forme constante.

Quand nous allons au cinéma, ou quand nous regardons la télévision, nous souffrons d’inertie statique, et sans inertie statique nous ne serions pas en mesure de voir le clignotement intermittent des images du film cinématographique ou de la télévision. Cette inertie statique, dans les yeux, peut être appelée la mémoire oculaire résiduelle (ou rémanence, NdT).

Une personne paresseuse ou léthargique est une personne ‘Tamasique’.

TANMATRAS : Il s'agit en fait de cinq principes fondamentaux qui correspondent aux sens du toucher, de la vue, de l'ouïe, du goût et de l'odorat, sens que nous avons alors que nous sommes dans l'état conscient et qui correspondent à l'air, le feu, la terre, l'éther et l'eau.

TANTRAS : Tantra s'applique à n'importe quels écrits ou textes sacrés qui ont un rapport avec le culte de Shakti.

Le but des Tantras est de nous donner une philosophie ou une discipline qui nous permettent, en les pratiquant de façon correcte, d'obtenir la libération de l'ignorance, la libération de la renaissance par la connaissance directe.

TAO : En ces jours avant que les Communistes ne renversent les valeurs humaines, Tao était 'La Voie', le Principe, la Vérité. Tao est ce qui nous montre comment procéder, nous montre le chemin que nous devons suivre. Il nous enseigne, essentiellement, à prendre 'La Voie du Milieu'.

TAPAS : C'est quelque chose que l'aspirant Yogi doit faire tous les jours. C'est une forme de conditionnement corporel. On doit faire certains exercices respiratoires, on doit avoir certaines disciplines mentales.

La discipline fait la différence entre une fière armée et une foule ; la discipline fait la différence entre un véritable Yogi et un véritable imposteur !

Certaines personnes ne sont pas capables de faire la distinction entre la vérité et la fiction. Cette dernière fait pratiquer toutes sortes d'exercices absurdes, bien

au-delà de tout ce qui est nécessaire ou souhaitable, et ceux qui s'y mettent passent tellement de temps à agiter bras et jambes et à prendre des postures bizarres et contre nature, qu'ils n'ont plus de temps ou d'énergie pour le développement SPIRITUEL.

TARA : Je dois mettre ce mot comme un hommage à l'Irlande ! L'Irlande a des ballades, 'The Halls of Tara', de merveilleuses chansons relatives à l'histoire des jours depuis longtemps révolus.

Dans le monde métaphysique, Tara signifie 'Le Sauveur', mais dans ce cas-ci le Sauveur est la Mère Divine, l'Épouse de Shiva.

TARAKA : C'est en réalité un centre entre et devant les sourcils, et si un élève médite correctement, il ou elle sera en mesure de voir, ou de percevoir, une lumière devant et entre les sourcils.

TAROT : C'est un jeu de cartes, de soixante-dix-huit cartes en tout, et les Archives Akashiques disent que ces cartes contiennent la connaissance du 'Livre de Thoth'.

Les cartes contiennent — pour ceux qui peuvent les lire ! — toute la connaissance de l'histoire passée, mais de nos jours elles sont aussi utilisées pour la divination.

Les cartes du Tarot sont battues et le sub-conscient du consultant magnétise certaines cartes, un peu comme un morceau d'ébène frotté peut attirer un bout de papier de soie, ou encore comme un aimant peut attirer un morceau de fer. Le sub-conscient, soit les neuf dixièmes de notre être, exerce une influence magnétique à travers l'éthérique, et certaines cartes sont ainsi sub-consciemment sélectionnées. Les cartes

du Tarot, entre les mains d'un authentique Taromancien, sont authentiques, et sont tout à fait infaillibles.

TAT TWAM ASI : Dans une lamaserie, les étudiants ont à méditer sur le 'Cela', qui est, bien sûr, le Sur-Moi, et ils doivent être capables de distinguer le 'Cela' du 'Ceci', qui est la manifestation.

Quand les étudiants sont capables de distinguer entre le 'Cela' et le 'Ceci', ils sont en mesure de dire en toute vérité 'Tat Twam Asi', qui veut dire 'Cela, tu es'.

TE : Un mot chinois qui a trait à la vertu. La vertu, bien entendu, doit être morale, mais Te se rapporte aussi au pouvoir dans tous les sens du mot. On peut avoir le pouvoir pour le bien et le pouvoir pour le mal, mais Te se réfère le plus souvent à la vertu et au pouvoir utilisés pour le bien.

TÉLÉPATHIE : La télépathie est l'art, ou la science, ou la capacité, de recevoir et de comprendre les ondes cérébrales des autres.

Tout comme une station de radio diffuse un programme, le cerveau humain — lui aussi une forme de station radiophonique — diffuse les pensées de la personne à laquelle le cerveau est rattaché.

La pensée est une pulsion électrique, ou une série de pulsions, et la pensée rayonne partout comme le fait le programme de radio. Ainsi, toute personne avec de l'entraînement peut devenir télépathe, c'est-à-dire qu'elle peut capter les pensées d'une autre personne et peut également 'injecter' ses propres pensées dans les zones réceptives d'une autre personne.

TÉLÉPORTATION : C’est une science très peu comprise dans le monde Occidental ; la téléportation est l’art de transporter un objet matériel, par la pensée, dans un autre endroit. Un poltergeist, par exemple, peut se saisir d’un objet de grande taille, comme une chaise, et le déplacer violemment dans une pièce.

En Extrême-Orient, des lamas convenablement formés peuvent faire en sorte qu’un lourd objet matériel soit transporté par la pensée d’un endroit à un autre.

La gravité, qui donne un poids apparent à une chose, est simplement une attraction "magnétique" entre l’objet et le noyau de la Terre.

Sous certaines conditions l’attraction "magnétique" peut être diminuée, ou entièrement retirée, de sorte que l’objet matériel devient moins lourd, ou réellement sans poids. Ce processus est employé quand un article est téléporté. C’est aussi un système utilisé au cours de la lévitation.

TÊTE : Outre qu’elle est cette boule qui prolonge le cou et porte les organes de la vue, de l’ouïe et de l’odorat, la tête contient également le mécanisme par lequel on peut recevoir des messages du Sur-Moi et transmettre des messages au Sur-Moi.

La tête est un instrument très délicat qui souffre du fait que toute l’irrigation sanguine, toutes les forces nerveuses doivent passer par un canal assez étroit dans le cou qui est déjà étroit par lui-même. Il s’ensuit que la tête doit être bien équilibrée pour qu’il n’y ait pas de constriction excessive de la moelle épinière.

Un très bon exercice pour obtenir l'équilibre de la tête est d'y placer deux ou trois gros livres, et à condition de pouvoir les y garder assez longtemps, de poser les mains sur les hanches et parcourir ainsi la pièce plusieurs fois, sans les faire tomber.

Il ne faut pas confondre ceci avec un 'exercice' de Hatha-Yoga, mais c'est un moyen efficace pour atteindre l'équilibre. Il aidera votre aplomb et vous donnera aussi un beau maintien. Vous aurez une surprise agréable en constatant que vous pouvez marcher avec un fardeau sur la tête.

Si vous voulez encore raffiner, posez sur votre tête une cuvette d'eau glacée. Vous aurez alors de bonnes raisons pour prendre l'exercice au sérieux.

En Orient, les petits garçons qui se préparent à être moines portent parfois sur la tête un bol plein de cire chaude dans laquelle flotte une mèche allumée. Le malheureux garçon se promène dans les corridors avec ce bol sur la tête. S'il perd l'équilibre et que le bol se renverse, la cire chaude tombe sur ses vêtements et il passe la journée suivante à frotter pour les nettoyer.

Seuls les petits garçons et, à la rigueur, les petites filles se livrent à cet exercice. La personne qui a progressé, ne serait-ce qu'un peu, n'a pas à se livrer à de telles choses.

TIEN LI : C'est la Loi Divine, la Loi du 'Ciel'. La Loi de ce lieu où vous allez quand vous quittez ce monde.

TIEN TI : C'est l'origine de la vie, l'Univers, toutes choses. C'est 'Tout' ce qui est et ce qui a toujours été.

TRANSE : Une transe réelle est celle où le corps astral quitte volontairement le corps physique afin de pouvoir

être témoin d'un certain événement dont le rapport peut être fait ensuite à quelqu'un par l'intermédiaire de la Corde d'Argent et du corps physique.

Parfois, une personne qui a des capacités médiumniques consentira à ce que son corps soit utilisé par une entité désincarnée qui veut transmettre un message. Dans un tel cas, le médium prend une position de repos et oblige son corps astral à quitter son corps physique. Alors, une entité désincarnée peut se saisir de la Corde d'Argent et amener le corps physique du médium à transmettre un message requis. Le message, ou quoi que ce soit d'autre, terminé, l'entité désincarnée lâche prise et l'astral retourne au corps physique du médium.

Les gens non formés ne devraient jamais s'essayer à la transe, pas plus qu'aux séances de spiritisme, parce que cela peut avoir un effet très nuisible sur la santé. Sous certaines conditions c'est sans danger, mais uniquement sous une supervision qualifiée.

TRETA YUGA : Comme nous l'avons dit précédemment dans ce livre, les périodes mondiales sont divisées en différentes phases. Treta Yuga est la seconde de quatre périodes mondiales et celle-ci est de 1 296 000 ans.

TURIYA : C'est le quatrième état de conscience. Ce n'est pas lié à l'état de veille, ou au rêve, ou au sommeil sans rêve ; c'est plutôt une sorte d'état super-conscient. On atteint un tel stade quand on médite correctement, parce qu'alors on se trouve au-delà de la pensée, au-delà de la sagesse, et dans un état qui est presque l'équivalent de la conscience astrale. Dans

l'état de Turiya, on fait l'expérience de choses qui ne sont pas de la Terre.

TYAGA : C'est la renonciation absolue des possessions et, ce que l'on pourrait nommer, des activités sociales. Celui qui a abandonné ou renoncé à toutes possessions, tel un ermite ou un reclus, s'appelle un Tyagi — un homme de renoncement. Ainsi — Tyaga est l'acte d'abandonner les possessions et les activités sociales, et Tyagi est l'homme qui a déjà abandonné les possessions et les activités sociales.

U

UDANA : C'est un centre qui transmet les commandes automatiques pour faire fonctionner les muscles de la poitrine. Autrement dit, le centre de contrôle de notre respiration. En fait, c'est la lumière d'un blanc bleuté qui émane du plexus pharyngien. Le clairvoyant, comme nous venons de le dire, voit ceci comme une lumière d'un blanc bleuté.

UNMANI : C'est la période pendant laquelle nous sommes hors du corps, c'est-à-dire quand le corps astral est retiré du corps physique, comme pendant un voyage astral ou pendant une transe ; on dit alors que nous sommes en état d'Unmani.

UPADANA : C'est la matière dont toutes les choses sont faites. Tout est fait d'une substance correspondant à l'état de la chose fabriquée. Un pot d'argent est fait d'argent, une fenêtre en verre est faite en verre, un être humain est fait de chair et d'os, et rien ne peut

changer le fait qu’un être humain soit fait de chair et d’os. ‘Upadana’, c’est cela.

UPADHI : C’est l’ignorance que le Sur-Moi impose à l’homme de chair. Il serait extrêmement insatisfaisant que tous les humains, sans tenir compte de leurs progrès, puissent se rappeler toutes leurs vies passées. Celui qui fut prince serait mécontent de se souvenir de son règne alors qu’il est revenu comme un pauvre paysan, et celui qui fut paysan aurait probablement un sentiment d’infériorité en se réincarnant prince. C’est donc pourquoi, avant qu’une âme humaine ne se réincarne, elle ‘Boit l’Eau de l’Oubli’ (les eaux du Léthé, NdT), et reprend conscience dans le corps d’un bébé.

C’est une sage disposition que ceux qui sont incarnés oublient normalement (tandis qu’ils sont dans la chair) ce qu’ils ont été dans le passé, bien qu’une telle connaissance soit à leur disposition quand ils vont dans le monde astral par voie du voyage astral, et peuvent ainsi consulter les Archives Akashiques.

Upadhi est parfois écrit avec un ‘s’ pour devenir Upadhis, et dans ce cas, il fait référence à l’homme tout entier sur la Terre et hors du corps. Il se réfère à ses trois corps — ses trois corps de base — qui sont :

1. Le corps causal.
2. Le corps subtil.
3. Le corps grossier.

UPANAYANA : Quand un garçon reçoit une formation pour devenir un moine de la foi hindoue, il prend ‘un Fil Sacré’, une cérémonie symbolique au cours de laquelle

le garçon fait voeu d'observer certaines vertus, qui sont :

1. Absolue pureté.
2. Absolue véracité.
3. Absolus contrôle de soi et retenue.

Par rapport à la foi chrétienne, c'est comme 'être confirmé'.

UPANISHAD : Ce sont certains livres qui constituent la partie philosophique des Védas. Ces Écritures Saintes traitent des questions plus mystiques, de la nature de l'Homme et du Sur-Moi de l'Homme.

Il y a cent huit Upanishads (cent huit est un Nombre Sacré au Tibet). Les principales sont :

1. Isha.
2. Kena.
3. Katha.
4. Prasna.
5. Mundaka.
6. Mandukya.
7. Chandogya.
8. Brihadaranyaka.
9. Aitareya.
10. Taittiriya.

Les Upanishads terminent chacun des quatre Védas, et ainsi on a à la fin des Védas le mot 'anta' qui signifie fin, devenant ainsi 'Védanta' qui veut dire 'la fin des Védas'.

UPARATI : C'est ce pour quoi nous devons tous lutter ; la fin de tous les désirs personnels.

V

VAIDHI BHAKTI : La dévotion à son Dieu, particulièrement quand le rituel et le cérémonial prennent une grande importance, est connu sous le nom de 'Vaidhi Bhakti'. Il mène fréquemment à un état quasi hypnotique de dévotion à son Dieu.

VAMACHARA : Au temps jadis, les prêtres utilisaient 'le Vin, les Femmes et les Chants' dans leurs rites. Parfois, dans les religions Occidentales, spécialement en Grèce et à Rome, de telles attractions indubitables étaient utilisées pour attirer les fidèles de sexe masculin dans les temples, où ils payaient de fortes sommes pour des consolations spirituelles et autres.

En Orient 'le Vin, les Femmes et les Chants' avaient pour but d'enseigner au fidèle l'affranchissement des passions. On cherchait à lui faire voir l'influence de la Sainte Mère dans tous les objets et toutes les actions ; on cherchait à lui faire voir dans toutes les femmes, non seulement un objet d'attirance sexuelle, mais la représentation symbolique de l'épouse de Dieu — la Sainte Mère qui est commune à toutes les grandes religions du Monde.

En Orient, quand on découvrit que de telles démonstrations suscitaient des passions mauvaises, le tout fut interdit, probablement au grand regret de certains fidèles !

VASANAS : Ce sont des habitudes, ou des tendances. Dans le langage ordinaire, voici comment ça se passe : un homme fume une cigarette ; plus il fume et plus il

veut en fumer d’autres, de sorte que finalement il devient un fumeur à la chaîne. De même que l’habitude de fumer doit être surmontée, ainsi doivent l’être d’autres habitudes ou traits indésirables qui nous maintiennent liés à la Terre, lié à la Terre dans notre corps de chair, et lié à la Terre dans l’astral.

Les Vasanas sont souvent considérées comme des désirs, mais c’est une mauvaise traduction. Ce sont des habitudes qui conduisent à supposer que l’on a certains désirs, alors que ce ne sont que des habitudes, et qu’il est possible de les surmonter.

VÉDANTA : Comme nous l’avons vu sous ‘Upanishads’, le Védanta est simplement la fin des Védas. Les Upanishads terminent chacun des quatre Védas, devenant ainsi ‘le Védanta’.

Le Védanta est maintenant approximativement qualifié de philosophie basée sur le Yoga de la Connaissance des Védas.

VÉDAS : C’est l’origine des religions de l’Inde. Ce sont des livres spéciaux qui traitent des hautes fonctions mystiques du corps humain et du Sur-Moi humain. Les Védas sont une source d’inspiration qui existait des siècles et des siècles avant la Bible et avant le Coran.

VICHARA : Différentes écoles Védanta obligent leurs adhérents à se livrer à une très sérieuse réflexion. Il faut qu’une personne soit en mesure de penser à un sujet en en faisant tout le tour.

On enseigne également que la pensée n’est pas la connaissance. La pensée est l’un des désavantages du corps humain, car quand la connaissance EST, la pensée n’est PAS.

VIDEHA : Durant la vie sur Terre, et durant la vie dans le monde astral, nous sommes normalement en état de croissance, nous apprenons tout le temps. Mais nous pouvons aussi nous retirer de l'apprentissage continuel pour pouvoir ‘ruminer’ sur les connaissances que nous avons acquises jusque-là. Nous pouvons faire halte au bord du chemin et nous reposer des épreuves et des difficultés de l'apprentissage. Nous pouvons tourner et retourner nos souvenirs comme de vieilles choses dans un grenier pour voir ce qui doit être conservé et ce qui doit être jeté.

Souvent, les personnes âgées ‘retombent en enfance’, comme on dit. Elles revivent d'anciens souvenirs, elles vivent plus dans le passé que dans le présent, elles peuvent faire tourner à l'envers les aiguilles de l'horloge de la mémoire et revoir tous les incidents de leur longue vie.

Videha est parfois employé pour désigner les Dévas qui, naturellement, sont des humains qui ont obtenu la libération du cycle des réincarnations.

VIDEHAMUKTI : Ceci se réfère à l'état durant lequel on peut obtenir sa libération quand on est hors du corps. Quand on est hors de son corps, on peut se déplacer partout où l'on veut à la vitesse de la pensée, mais on doit toujours se rappeler que quand on est dans le corps on est en mesure de connaître des expériences qui ne peuvent être vécues hors du corps. Nous venons sur Terre, et sur d'autres planètes, en nous incarnant, c'est-à-dire que nous prenons un corps de chair pour apprendre des leçons qui ne peuvent être apprises alors que nous sommes dans l'esprit.

VIDYA : Ceci signifie simplement ‘connaissance’. Il n’y a rien d’occulte, rien d’étrange à son sujet. C’est juste un autre mot dans une autre langue pour notre bon vieux, ‘ordinaire’, terme : ‘connaissance’.

VIJNANA : C’est ce que l’on obtient après des années et des années d’études : une très haute réalisation et une appréciation spirituelle du Dieu de tous, du Dieu qui est au-dessus du Sur-moi, le Dieu qui est réellement.

VIKALPA : C’est l’une des cinq sortes d’idées qui existent dans le mental inférieur. C’est une forme d’imagination. Nous pouvons avoir une chose qui existe ‘dans l’esprit’, et ‘dans l’esprit’, elle peut nous paraître très réelle. C’est le Vikalpa.

VIPARYAYAS : Ce sont des pensées qui nous viennent et que nous reconnaissons immédiatement comme de fausses informations fournies par le sub-conscient. À titre d’exemple, disons que si l’on déclarait que les rues de Londres sont pavées d’or, ce serait immédiatement reconnu comme une fausse information.

VIRAT : C’est le Manu qui est responsable pour cet Univers entier. Sur Terre, on peut dire ‘Dieu’, mais ce n’est pas Dieu ; Dieu est un Être entièrement différent. Virat est l’Esprit de l’Univers.

VISHUDDHA : C’est le cinquième des sept centres Yogiques du corps communément reconnus. C’est le ‘Lotus’ au niveau de la gorge. Il a seize rayons d’une couleur lilas bordée de rouge.

Ce Chakra particulier est relié à la volonté de l’être humain.

VOIE : Dans la tradition Orientale, on dit ‘La Voie’. Pour le Bouddhiste ‘La Voie’ est aussi appelée ‘La Noble Voie Octuple’. C’est un mode de vie, c’est cette conduite, ou l’abstention de conduite, qui mène à la libération de la réincarnation, et donc éventuellement à la libération de la souffrance. Car, aussi longtemps qu’il y a de la vie dans le corps, il y a de la souffrance, ou une possibilité de souffrance.

La Noble Voie Octuple est un code de vie et bien qu’on l’appelle souvent une religion, en réalité elle guide simplement la façon dont une personne sensée devrait se conduire pendant sa vie. Si l’on considère la religion chrétienne, le Christianisme est une religion, mais les Dix Commandements ne constituent pas en eux-mêmes ‘une religion’, mais un code de conduite qui fera de celui qui les suit quelqu’un digne d’adhérer à cette croyance religieuse.

Voici les Huit Étapes de la Noble Voie Octuple :

1. Correcte compréhension.
2. Correcte motivation.
3. Correct langage.
4. Correcte conduite.
5. Correcte manière de vivre.
6. Correct effort.
7. Correcte activité intellectuelle.
8. Correcte contemplation.

Quand vous pourrez faire tout cela correctement, vous constaterez que la vie sera très dure pour vous, parce que cela signifiera que vous en êtes à votre dernière incarnation et durant sa dernière incarnation il

y a toujours des souffrances et des pertes, parce qu'à ce moment-là il faut régler tous ses comptes avant de pouvoir aller de l'avant avec une conscience claire et sans factures en suspens.

VRITTI : C'est une onde de pensée dans l'esprit qui tournoie et tournoie autour de quelque chose comme un tourbillon et nous laisse dans un état d'agitation jusqu'à ce que l'on fasse quelque chose à son sujet. Ce n'est pas une pensée directe qui vient et s'en va, mais c'est plutôt une pensée qui persiste jusqu'à ce qu'une action définie soit prise.

VYANA : C'est une source spéciale qui fournit l'énergie au corps tout entier. Chez l'homme, c'est particulièrement relié avec le centre de la prostate et une activité sexuelle excessive épuise le Vyana. C'est à cause de ceci que tant de 'Maîtres', qui en fait n'en sont pas, disent que personne ne devrait avoir le moindre intérêt sexuel. C'est, bien sûr, complètement absurde. Ils pourraient aussi bien dire qu'il n'y a que le noir et le blanc, et que les couleurs n'existent pas.

La vie sexuelle, bien canalisée et de caractère pur, peut communiquer une grande puissance pour le bien par l'intermédiaire du canal spinal, et peut dynamiser les plus hauts centres reliés à l'esprit.

Selon le développement de la personne, la couleur du Vyana, qui apparaît autour de la zone de la prostate, va d'un rouge-brun terne au rose très pâle.

W

WU HSING : C’est un terme chinois pour ce qu’ils ont nommé les ‘Cinq Éléments’. Ce sont :

1. Terre.
2. Feu.
3. Métal.
4. Eau.
5. Bois.

WU LUN : Les sages de la Chine croyaient qu’ils pouvaient y avoir cinq relations fondamentales, et que toutes les autres relations naissaient, ou dérivaient, de cinq branches principales. Ces relations étaient celles :

1. Entre le Roi et ses sujets.
2. Entre le père et le fils.
3. Entre mari et femme.
4. Entre frères.
5. Entre amis.

X

X en tant que lettre n’est pas prolifique dans le monde des termes métaphysiques et il n’est mentionné ici que pour que notre Dictionnaire soit complet.

Le X, toutefois, a une grande signification dans le monde occulte. Il est utilisé sous la forme d’une croix

pour représenter la souffrance, comme nous le verrons plus loin. Il est aussi utilisé pour désigner ce qui rayonne dans toutes les directions à la fois, par opposition au point qui est refermé sur lui-même et ‘rentré’.

Le X, sur le plan terrestre, se rapporte à tous les points de la boussole : Nord, Est, Sud et Ouest, mais quand il est utilisé dans le sens ésotérique, il indique que nous devons donner dans ‘toutes les directions’ à ceux qui sont dignes de nos dons. Nous devons montrer aux autres ce qu’ils désirent qu’on leur montre, et ce qu’ils sont prêts à apprendre. Nous devons les aider et les guider, mais seulement quand il est clair qu’ils sont prêts à recevoir cette aide et cette direction.

Une forme décorative et ésotérique du ‘X’ est connue sous le nom de Swastika et ceci ne doit pas être confondu avec la croix difforme de l’Allemagne nazie qui est associée à la traîtrise, la guerre, et tout ce qui est indécent et impur. La vraie forme du Swastika — une simple altération de la lettre ‘X’ — a, comme il se doit, ses parties saillantes qui vont du côté opposé de celles du swastika déformé, car le swastika difforme est maléfique et le vrai Swastika est pur et bénéfique.

La lettre X est souvent utilisée pour ‘marquer l’endroit’, et comme une forme de signature par ceux qui sont incapables d’écrire. Le X est aussi utilisé sous une forme différente, sous une forme de stylisation différente, pour représenter la souffrance dans le Christianisme, comme nous l’avons dit précédemment. En outre, comme vous le savez sans doute, le X est utilisé comme une abréviation honorifique du mot

‘Sauveur’, et devient alors ‘Xavier’, ou des dérivés de celui-ci. La forme honorifique est employée parce que les parents de plusieurs personnes qui ont été baptisées ‘Xavier’ sentaient qu’il ne serait pas flatteur d’utiliser le nom ‘Sauveur’. Ainsi le ‘X’ est considéré comme un substitut satisfaisant et acceptable.

Il y a deux symboles qui peuvent être d’intérêt. L’un est le point lumineux irradiant comme une étoile, qui peut indiquer ‘Celui Au-Dedans’. L’autre symbole est un X dont les bras sont prolongés de petites projections que l’on montre en rotation rapide, et qui indique le progrès qui doit être fait.

Y

YAMA : Yama est la maîtrise de soi. Il indique que l’on s’abstient de mentir, de voler, on s’abstient d’avidité, et de lascivité.

C’est également l’un des Huit Membres du Raja Yoga. C’est, en fait, le premier des Huit Membres.

YEUX : Nous savons tous ce que sont les yeux, mais le but d’inclure ce mot ici est pour que nous puissions traiter de la relaxation des yeux, parce que les yeux sont parmi les organes les moins bien utilisés du corps.

Au cours de la méditation, il est essentiel de ne pas fatiguer ses yeux. La plupart des gens fixent leur regard sur quelque objet imaginaire ou même sur quelque objet réel, ce qui est tout à fait nuisible. En effet, il est fatigant pour les yeux de tenir immobiles les muscles oculaires.

Il faut regarder au loin, regarder au-delà de l'infini pour que les muscles des yeux ne soient pas tendus. Si vous voulez, vous pouvez reposer vos yeux en laissant errer votre regard, mais, bien entendu, pas au cours d'une méditation. Laissez votre regard errer de façon à ce que les muscles se trouvent dans différentes positions et donc ne soient pas dans une même position assez longtemps pour devenir fatigués ou tendus.

Un bon exercice de massage des yeux est de placer les paumes de vos mains sur vos yeux, puis creusez légèrement les mains pour former une coupe. Autrement dit, quand vous retirez la paume de la main tout en gardant le contour de la main autour de l'orbite de l'oeil, vous formez une cavité avec une pression d'air réduite.

Si on appuie sur le cadre osseux de l'oeil et on dégage alors légèrement la paume, on peut sentir une légère tension sur le globe oculaire parce que le liquide qui baigne l'oeil exerce une poussée sur le globe oculaire. Au contraire, lorsque vous pressez sur l'orbite, vous obtenez l'effet opposé, et vous avez ainsi un massage des yeux réellement relaxant.

YI : Le sens réel de ce mot chinois est la vertu. Nous préférerions tous, sans doute, faire des quantités de choses auxquelles un certain bénéfice est rattaché, mais Yi est ce que nous devrions faire sans idée de profit.

YIN YANG : Ceci est la force entière de l'Univers. Le Yin, qui est passif, femelle et négatif, et le mâle (le Yang), qui est positif et toujours plein d'assurance.

Il est ridicule de discuter lequel est le plus important, le mâle ou la femelle ; ils se complètent l'un l'autre, l'un contraste avec l'autre, ils sont absolument dépendants l'un de l'autre.

Nous ne pouvons avoir une batterie à moins qu'une extrémité soit négative et l'autre extrémité, positive. On ne peut pas utiliser une batterie qui a une borne positive seulement ; c'est une impossibilité absolue. Ainsi, une femme est tout aussi importante qu'un homme, et un homme est tout aussi important qu'une femme. La 'bataille des sexes' est une chose ridicule qui devrait prendre fin avec la claire notion de l'interdépendance des deux sexes.

YOGA : Le sens véritable de ce mot est : unir, ou joindre, ou accoupler. C'est l'union, ou la jonction, ou le raccordement d'une âme individuelle avec la Source de toute Bonté.

Ce mot (Yoga) est aussi utilisé pour désigner diverses méthodes qui prétendent réaliser cette union.

Il faut préciser très clairement que l'on peut parvenir à cet état d'union sans savoir comment y arriver ; ceux qui fouillent, qui fouinent et s'agitent, essayant d'obtenir une 'preuve' de ce qui ne peut être prouvé ne font que retarder leur propre cheminement, et en attendant de pouvoir acquérir un peu de bon sens, ou un peu de compréhension, ils ne feront pas grand progrès.

YOGI : Une personne qui pratique le Yoga est généralement appelée un Yogi ou Yogin, mais si c'est une femme, alors la version féminine de Yogin est Yogini.

YU WU : L'état d' 'être' et de 'non-être'. L'état d'être dans le monde, du monde, hors du monde et non de ce monde.

Z

ZEN : C'est une forme particulière de 'tranquillité mentale'. Ce n'est pas une religion, mais un mode de vie. C'est une méthode pour atteindre la libération complète de tout ceci : le monde matériel.

Zen dépend principalement de l'arrêt du flux 'mental' par l'absence d'expression, l'absence de désirs, l'absence de pensées, afin d'être en mesure de connaître et de développer son intuition.

Les étudiants du Zen méditent beaucoup, et le succès est atteint lorsque le *raisonnement* est arrêté.

En rapport avec ceci, il convient de mentionner que l'un des plus grands désavantages pour l'entité humaine est la raison. La raison, et particulièrement la raison erronée, empêche de percevoir la Vraie Réalité.

Les humains se moquent souvent de l'intellect des animaux, affirmant que les animaux n'ont pas de raison, et c'est exact. Les animaux ont l'intuition ; ils sont capables de percevoir ce qu'il en est d'une chose alors que même les plus grands travailleurs-de-la-raison de l'humanité ne peuvent obtenir les mêmes résultats.

Le but tout entier de certaines formes d'études Orientales est de supprimer, de détruire, ou de contrôler la 'raison' pour laisser la vraie nature du Sur-Moi transparaître et grandir. Mais cela ne peut pas être

fait tant que l'Homme fouille et fourrage dans la saleté pour quelques bouts de papier crasseux appelés 'argent' et qui n'ont d'utilité que sur Terre. Encore une fois — l'Homme n'a encore jamais réussi, et ne réussira jamais, à emporter même un seul centime ou un vieux sou dans les royaumes de l'Esprit.

SUPPLÉMENT 'A' :
LA RESPIRATION

La RESPIRATION est la plus essentielle de nos fonctions. Sans elle nous ne pouvons exister, parce qu'il faut la respiration — contenant de l'oxygène et d'autres gaz — pour activer le cerveau et le garder en action. Mais notre façon de respirer est la plus grossière qui soit d'utiliser 'l'air'.

Nous devons avoir quelques connaissances sur le contrôle de la respiration avant de pouvoir aborder toute forme d'exercice.

Avez-vous déjà entendu deux personnes chuchoter et craint qu'elles ne parlent de vous ? Qu'avez-vous fait — comment écoutiez-vous plus attentivement ? Maintenant, réfléchissez avec soin — VOUS RETENIEZ VOTRE RESPIRATION parce que, instinctivement, ou par expérience, vous saviez qu'en retenant votre souffle vous pourriez d'une certaine manière mieux entendre. N'en est-il pas ainsi ?

À nouveau, supposez que vous vous coupiez ou, si vous préférez, imaginez que vous ayez une de ces écorchures douloureuses que l'on se fait en tombant sur une surface dure. Que faites-vous ? Pensez-y

soigneusement — VOUS RETENEZ VOTRE RESPIRATION ! Vous constatez, instinctivement, que si vous retenez votre souffle, vous souffrez moins, il y a moins de douleur, mais comme vous ne pouvez retenir votre souffle indéfiniment, vous sentez la souffrance quand vous respirez normalement.

Avez-vous déjà observé de robustes déménageurs quand ils sont confrontés à un objet lourd qui doit être enlevé ? Que font-ils ? Ils regardent d'abord d'un oeil sombre l'objet à soulever, puis ils se frottent les mains tristement en prenant une profonde respiration — et ILS RETIENNENT LEUR SOUFFLE pendant qu'ils soulèvent le lourd article du sol. Instinct, expérience, ou quel que soit le nom que vous lui donnez, a enseigné à ces déménageurs, et en fait à tous ceux qui doivent soulever des poids, que s'ils prennent une profonde respiration et la retiennent, soulever devient beaucoup plus facile.

Votre travail vous demande-t-il une profonde concentration ? Devez-vous réfléchir à un problème — tenter de le résoudre ? C'est VOTRE CAS ? Alors vous avez sans doute remarqué qu'au fur et à mesure que vous réfléchissez profondément, votre respiration devient de plus en plus lente.

Un Adepte qui est en profonde méditation respire si lentement, si faiblement, qu'on a peine à savoir s'il respire ou non, et ces gens qui se font ensevelir sous terre peuvent suspendre leur souffle pour qu'une seule inspiration leur dure plusieurs heures !

La respiration — l'air — nous est indispensable. L'air contient du prana, mais le prana n'est pas une matière que l'étudiant en chimie peut mettre dans une

éprouvette, ou chauffer dans une cornue, ou examiner à travers un microscope. Le prana est quelque chose de tout à fait différent. On pourrait dire qu'il existe dans une dimension différente, mais il est absolument essentiel au maintien de la vie parce qu'il est l'énergie universelle de TOUTE CHOSE. Il est manifeste dans tout ce que l'on peut imaginer, et pourtant les humains utilisent le prana de la façon la plus grossière qui soit quand ils respirent négligemment, maladroitement.

Le prana stimule nos pensées. Sans un prana adéquat il ne peut y avoir de pensée ; sans un prana adéquat il ne peut y avoir de guérison, car pour cette dernière le prana est absolument essentiel. Un 'guérisseur' est une personne qui peut transférer son propre surplus de prana à un malade. L'endroit où il est accumulé se trouve dans le plexus solaire. Plus nous réussissons à emmagasiner de prana, plus nous sommes dynamiques, plus nous sommes vibrants de force de vie, plus nous avons un impact sur les autres.

Il est inutile de rentrer dans les détails en ce qui concerne les dix Nadis, et comment le prana se déplace à travers eux. Nous avons déjà traité de ces choses et de l'Ida, du Pingala et du Sushumna dans une partie précédente de ce livre. Au lieu de cela, nous avons besoin d'exercices élémentaires qui ne peuvent nous nuire, mais qui peuvent nous faire un bien énorme.

Tout d'abord — comment respirez-vous ? Il n'y a pas qu'un seul système, vous savez. Par exemple, asseyez-vous confortablement, de préférence sur une chaise à dossier rigide, la colonne vertébrale bien droite et regardez devant vous. Détendez-vous autant que vous le pouvez tout en maintenant cette position très droite.

Maintenant prenez une profonde respiration, une longue respiration, permettant à votre bas-ventre de se gonfler, mais sans gonfler la poitrine ni soulever les épaules. Vous devez garder la poitrine telle qu'elle est et les épaules telles qu'elles sont, l'inspiration profonde étant prise en laissant votre diaphragme s'abaisser de sorte que seul le bas-ventre se gonfle. C'est la ‘respiration inférieure’, et si vous la faites correctement vous constaterez que vos côtes et vos muscles intercostaux ne bougent pas. Souvenez-vous-en, voulez-vous ? Cette respiration abdominale est le premier de nos exercices, aussi appelons-le : Système Numéro Un.

Quand vous avez fait cela, essayez une autre méthode. Respirez profondément tout en empêchant votre muscle du diaphragme de bouger. Cette fois, respirez avec l'aide de vos côtes et de vos muscles intercostaux. Prenez vraiment une grande inspiration ; vous constaterez que maintenant votre poitrine se gonfle, mais que votre abdomen reste tout à fait normal — sans se gonfler.

Dans cet exercice vous remarquerez que vous avez une expansion de la poitrine au lieu d'une expansion de l'abdomen. Cette méthode est appelée la ‘respiration moyenne’. Nous avons nommé l'autre système — Système Numéro Un ; nous appellerons donc celui-ci : Système Numéro Deux.

Il y a encore un autre système et nous allons le voir maintenant. Vous êtes toujours assis bien droit, toujours regardant droit devant vous. Rentrez légèrement l'abdomen, comme si vous essayiez de ‘l'aspirer’ vers la poitrine. Maintenant, avec votre

abdomen contracté, prenez une profonde inspiration tout en soulevant les épaules et gardant vos côtes vos muscles intercostaux aussi immobiles que possible. Ceci est un type de respiration complètement différent grâce auquel les parties supérieures des poumons deviennent bien aérées. Nous appellerons ce système : Système Numéro Trois.

Le Système Numéro Un nous permet d'absorber beaucoup plus d'air que les autres systèmes. Le Système Numéro Trois s'avère être le moins efficace du lot, avec le Numéro Deux venant entre les deux.

La meilleure façon de respirer est celle qui utilise les trois systèmes. Vous commencez par inspirer lentement en gonflant le bas-ventre, et en gardant vos épaules immobiles et vos côtes rigides. Ensuite vous gonflez la poitrine en utilisant les côtes et les muscles intercostaux, et en même temps vous soulevez les épaules et les tirez en arrière. Ceci remplit toute la zone du poumon et empêche la formation des poches d'air vicié qui conduisent à l'asthme, aux troubles de la voix, et souvent à la congestion pulmonaire. C'est chose facile que de pratiquer ce genre de respiration complète, mais vous devez vous rappeler qu'aspirer n'est que la moitié de la bataille. Quand vous expirez — exhalez — vos épaules doivent s'affaisser, vos côtes doivent se rapprocher, et votre abdomen doit remonter pour faire sortir de vos poumons autant d'air vicié que possible. Jusqu'à ce que vous ayez bien compris — jusqu'à ce que vous puissiez vous débarrasser de l'air vicié et aspirer de l'air frais — il n'est pas possible d'aller plus loin dans l'obtention de la quantité optimale

de prana. Donc, en supposant que vous avez pratiqué jusqu'à présent — allons un peu plus loin.

Il faut se souvenir que la respiration comporte trois étapes :

1. Inspirer.
2. Retenir son souffle.
3. Expirer tout l'air.

Il y a différentes 'proportions' qui nous permettent d'atteindre certains objectifs. C'est-à-dire que nous devons aspirer pendant un certain temps, puis retenir notre souffle pendant un certain temps, avant d'exhaler pendant un certain temps.

Voyons donc ce que sont ces 'proportions'.

PROPORTIONS : Comme probablement tout le monde le sait maintenant, les poumons sont comme des éponges à l'intérieur d'un sac éponge. Si vous remplissez les poumons d'air, l'oxygène passe dans le sang, et les résidus de gaz provenant du sang repassent dans les poumons et se logent dans certains des sacs les plus profonds de nos 'éponges'.

Nous devons exhaler deux fois plus longtemps que nous n'inhalons, considérant le fait qu'il faut deux fois plus de temps pour débarrasser nos poumons de l'air impur. En même temps nous devons extraire autant d'air que possible.

Si nous n'exhalons pas complètement, nous ne pouvons remplir complètement nos poumons d'air à l'inhalation suivante, et l'air entrant sera contaminé par l'air vicié (comme l'eau stagnante d'un étang) dans les sacs les plus profonds.

L'air stagnant permet aux bacilles de demeurer intacts et les poumons peuvent donc être atteints de tuberculose, ce qui n'est pas si facilement le cas si l'on respire profondément et si l'on exhale complètement.

La proportion d'une unité d'entrée et de deux unités de sortie doit être respectée. À titre d'exemple, inspirez pendant quatre secondes et expirez pendant huit secondes. Avec de la pratique vous arriverez à inspirer un beaucoup plus long temps et à expirer plus de deux fois ce temps.

Nous avons vu que la proportion moyenne d'apport est de un pour deux. Voyons maintenant l'étape suivante.

Combien de temps devons-nous retenir notre respiration ? Un temps moyen est de quatre fois le nombre de secondes qu'il vous a fallu pour inspirer, ou deux fois le temps qu'il vous faut pour expirer. Donc, suivant notre exemple précédent, vous devez inspirer quatre secondes, retenir votre souffle quatre fois quatre secondes, c'est-à-dire seize secondes, et expirer deux fois quatre secondes, c'est-à-dire huit secondes. Nous avons ainsi — une inspiration de quatre secondes, une rétention de seize secondes, et une expiration de huit secondes.

Naturellement, ceci n'est qu'une illustration, qu'un exemple, car très bientôt vous serez en mesure de retenir votre respiration plus longtemps et d'essayer différentes proportions, mais nous traiterons de cela en temps voulu. Vous devez toutefois garder en tête cette pensée : si vous respirez de façon saccadée, l'esprit est saccadé. Quand votre respiration est régulière, votre esprit l'est aussi. Vous êtes ce qu'est votre respiration.

Maintenant nous allons passer à des exercices dont nous SAVONS tout le bien qu'ils vous feront si vous les exécutez consciencieusement. Pour épargner du temps et du papier, spécifions dès maintenant que pour tous ces exercices vous devez être assis confortablement. Si vous êtes jeune et que vous avez une certaine pratique de ces choses, vous aimerez peut-être vous asseoir dans la Position du Lotus, ou vous asseoir les jambes croisées, mais tout ce qui compte vraiment est que vous vous asseyez de façon à être à l'aise, sans préoccupation pour les choses exotiques, assis simplement confortablement ; gardez votre colonne vertébrale droite et votre tête (à moins que ce ne soit spécifié autrement) faisant face devant.

Nous devrons avoir une certaine période de temps — une certaine unité — et tout comme aux premiers jours de la photographie les gens comptaient habituellement les secondes en disant : 'Kodak Un, Kodak Deux, Kodak Trois, etc.' (publicité gratuite pour Kodak !), nous pourrons dire : 'OM Un, OM Deux, OM Trois', et ainsi de suite.

Voici le premier exercice. Rappelez-vous, vous êtes assis sur une chaise dure, le dos droit et regardant devant vous. Prenez deux ou trois respirations profondes — soit une simple inspiration, la retenir pendant une seconde, puis la laisser aller. Faites cela deux ou trois fois. Maintenant — placez un doigt contre votre narine droite de façon à ne pas pouvoir respirer par cette narine. Le doigt que vous utilisez n'a aucune importance, vous pouvez même utiliser votre pouce, le seul but étant de fermer la narine pour qu'elle ne puisse pas être utilisée.

Inhalez par la narine gauche au compte mental de ‘OM Un, OM Deux, OM Trois, OM Quatre, OM Cinq’. Ensuite expirez par la narine gauche (assurez-vous de garder la narine droite bien fermée) jusqu’au compte de dix OM. Dans tous les cas, le temps d’expiration est de deux fois celui de l’inspiration ; c’est une règle fixe.

Répétez ceci vingt fois, c’est-à-dire aspirez par la narine gauche, et expirez par la narine gauche vingt fois, en comptant cinq ‘OM’ pour l’inspiration et dix ‘OM’ pour l’expiration.

Après cela, restez tranquillement assis quelques instants et voyez si vous ne vous sentez pas déjà beaucoup mieux ; et rappelez-vous, vous ne faites que commencer ! La deuxième étape vient ensuite.

Vous avez débuté en fermant votre narine droite, alors maintenant vous faites la même chose, mais en fermant votre narine gauche. De nouveau, le doigt que vous utilisez importe peu, ni même la main que vous utilisez. Procédez exactement comme vous l’avez fait en respirant par la narine gauche, prenez exactement le même temps et faites cette respiration par la narine droite vingt fois comme vous l’avez fait pour la gauche.

Vous devez respirer aussi silencieusement que possible, et vous devez faire ce que nous appelons une respiration complète, c’est-à-dire en utilisant votre abdomen, en utilisant les muscles de votre poitrine, en élevant vos épaules et en les rejetant en arrière. Vous devez faire entrer le plus d’air que vous le pouvez, et vous devez faire sortir autant d’air que vous le pouvez. Après ces exercices vous n’aurez plus d’air fétide ou vicié dans vos poumons !

Ce premier exercice doit être poursuivi pendant deux semaines. Vous pouvez lentement — très lentement — augmenter le temps d'inhalation et d'expiration, mais ne faites rien qui vous demande de gros efforts ou qui vous fatigue. Vous devez ‘vous hâter lentement’. Si vous trouvez que cinq secondes d'absorption et dix secondes de rejet, c'est trop, contentez-vous de quatre, ou même de trois, secondes d'absorption, et de huit ou de six secondes de rejet. Ces chiffres particuliers ne sont qu'une simple indication ; vous devez utiliser votre bon sens et adapter le tout à vos besoins personnels. Si vous débutez plus petitement, vous ferez alors des progrès, mais en prenant une plus longue période pour ce faire, tout en étant beaucoup, beaucoup plus en sécurité.

Observez tout particulièrement que dans l'exercice ci-dessus vous ne retenez pas votre souffle ; c'est fait pour une raison spéciale, parce que cet exercice est conçu pour habituer les narines à respirer correctement. Tant de gens respirent par la bouche, ou par une seule narine ; l'exercice donné plus haut est en premier lieu une forme de processus d'entraînement.

Nous avons suggéré que vous fassiez cet exercice pendant environ deux semaines. Que vous y passiez deux semaines, trois semaines, ou quatre semaines n'a aucune importance, il n'y a rien qui presse, vous avez tout le temps, et il vaut mieux faire les choses lentement et correctement, car se précipiter ne donne rien de bon. Alors maintenant, après deux, ou trois, ou quatre semaines, comme il vous plaira, continuons avec ce que l'on appelle la respiration alternée des narines.

Vous vous souvenez de la façon dont vous devez vous asseoir ? Bien sûr, c’est déjà une seconde nature ! Donc, vous êtes assis sur une chaise dure, les pieds joints, la colonne vertébrale bien droite, votre tête d’aplomb et regardant droit devant vous. Vous commencez maintenant en fermant la narine droite tout en inspirant par la narine gauche. Retenez votre souffle un moment pendant que vous fermez la narine gauche et expirez par la narine droite, c’est-à-dire, dans ce cas, que vous inspirez par une narine et expirez par l’autre.

La fois suivante, inhalez par la narine droite, et quand vous avez les poumons remplis d’air, fermez la narine droite avec un doigt ou le pouce, et expirez par la gauche. De nouveau, vous devez inspirer pendant cinq ou six secondes, et expirer pendant dix ou douze secondes.

Avez-vous bien compris ? D’abord, vous fermez votre narine droite avec un doigt et aspirez par la narine gauche. Ensuite vous fermez la narine gauche et expirez par la droite. Après cela vous changez l’ordre des choses, vous aspirez par la narine droite (la narine gauche fermée), et puis vous fermez la droite et expirez par la gauche. Faites cela environ vingt fois.

Après un mois, vous devriez être en mesure d’augmenter le temps et de faire huit et seize secondes, et quand vous aurez pratiqué cela pendant un mois, ou deux mois, vous constaterez que votre santé sera meilleure, bien meilleure. Votre vue va s’améliorer, et vous allez vous sentir plus léger sur vos pieds. Nous vous suggérons de pratiquer ce second exercice pendant trois mois parce que c’est encore une

période ‘d’essai’, ou une période d’entraînement de votre mécanisme respiratoire.

Exercice Numéro Trois : celui-ci est semblable au Numéro Deux, mais nous avons ici la rétention du souffle en plus. Il doit être spécifié maintenant que bien que l’on doive retenir sa respiration quatre fois le temps que l’on a pris pour aspirer, jusqu’à ce que vous soyez bien habitué à ce système, il est beaucoup plus confortable de retenir votre respiration pour seulement deux fois le temps qu’il vous a fallu pour inspirer et puis, après quelques mois, vous pourrez en arriver à la proportion d’un (OM) pour quatre.

Dans ce troisième exercice, on doit inhaler par la narine gauche tout en comptant ‘OM’ quatre fois. Puis on retient son souffle pendant un compte de huit ‘OM’. Après cela, on exhale par la narine droite (nous avons inspiré par la gauche, rappelez-vous) huit fois. Après cette expiration, et sans s’arrêter, on inhale par la narine droite (avec la narine gauche fermée), on retient son souffle pendant huit ‘OM’, et alors on expire par la narine opposée. Nous vous conseillons de pratiquer ceci vingt fois par jour.

Le doigt ou le pouce que vous utilisez pour fermer l’une ou l’autre narine n’a pas la moindre importance. Tant de gens disent que vous ne devez pas utiliser ce doigt-ci ou que vous devez utiliser ce doigt-là, juste pour essayer de rendre les choses mystérieuses. Dans mon cas, j’ai pratiqué ceci depuis plus d’années que vous ne pourriez le croire, et je peux vous assurer, tant d’après mon expérience personnelle que d’après l’observation des autres, que LE DOIGT OU LE POUCE UTILISÉ N’A PAS LA MOINDRE IMPORTANCE !

Vous allez, bien sûr, pratiquer et parvenir à des inspirations de plus en plus grandes, des rétentions de plus en plus longues, et des expirations de plus en plus lentes. Vous arriverez à faire, pour commencer, quatre secondes d'absorption, huit secondes de rétention, et huit secondes d'expiration. Mais après environ deux mois, vous serez capable d'inspirer pendant huit secondes, retenir votre souffle pendant seize secondes et expirer pendant seize secondes ; et pour vraiment vous donner quelque chose à travailler, quand vous aurez fait cela pendant un an, vous devriez pouvoir inspirer pendant huit secondes, retenir votre souffle pendant environ une demi-minute, puis expirer pendant quelque seize secondes. Mais vous ne devez pas essayer cela jusqu'à ce que vous ayez pratiqué pendant environ douze mois.

C'est vraiment un très bon système de respiration, et qui doit être pratiqué tous les jours par 'groupes de vingt'.

Voici un exercice qui permet de garder sa chaleur par temps froid. C'est quelque chose qui est beaucoup pratiqué au Tibet où un lama peut rester assis dévêtu sur la glace, peut même faire fondre la glace qui l'entoure et sécher les couvertures mouillées drapées autour de ses épaules.

Voici comment vous y prendre. Asseyez-vous de nouveau confortablement et assurez-vous que vous ÊTES vraiment assis la colonne vertébrale bien droite. Vous ne devez avoir aucune tension ni aucun souci absorbant pour le moment. Fermez les yeux et pensez à vous-même en disant télépathiquement : 'OM, OM, OM'.

Fermez votre narine gauche, et aspirez autant d'air que possible par la narine droite. Puis fermez la narine droite (il est plus commode d'utiliser votre pouce pour ceci) et retenez votre souffle en pressant fortement votre menton contre votre poitrine, remontez votre menton près de votre cou.

Retenez votre respiration pendant un moment et puis expirez graduellement par la narine gauche en fermant la narine droite (ici encore, c'est plus facile avec le pouce).

Note importante — dans cet exercice particulier on inspire toujours par la narine droite, et on expire toujours par la narine gauche.

Vous devez faire ceci en commençant par dix respirations au cours desquelles vous augmentez petit à petit la durée de rétention du souffle, jusqu'à une cinquantaine de fois, mais vous devez augmenter votre rétention du souffle très progressivement, il n'est pas nécessaire de se précipiter et, à ce sujet, voici une petite remarque qui peut vous libérer d'un souci : quand vous aurez effectué ces mouvements respiratoires pendant un certain temps et que vous serez arrivé à une très profonde rétention du souffle, vous constaterez peut-être que vous transpirez à la racine des cheveux. C'est parfaitement sain, parfaitement normal, et cela améliore vraiment la santé et la propreté du corps.

Voici un autre système de respiration qui est très bon pour améliorer l'état du sang et conserver sa fraîcheur.

Avez-vous déjà vu comment un chien ou un chat plie sa langue en forme de V ? Eh bien, dans ce cas-ci nous allons faire comme le chat ! Asseyez-vous comme

auparavant, c’est-à-dire confortablement sur un siège dur, la colonne bien droite. Sortez la langue juste un peu en lui faisant prendre la forme d’un V. Puis vous inspirez ENTIÈREMENT PAR LA BOUCHE avec un ‘Ssss’ aspiré. Retenez votre respiration aussi longtemps que possible, et puis expirez l’air par les narines. Vous devez faire ceci vingt fois par jour.

Il est important que vous soyez absolument régulier dans ces exercices. Ne manquez pas un jour pour en faire deux fois plus le jour suivant, ce n’est qu’une perte de temps. Si vous ne devez pas être régulier dans vos exercices, il vaut alors beaucoup mieux ne pas commencer. Donc — soyez régulier, soyez ponctuel, essayez de faire vos exercices à la même heure chaque jour, et quand vous les faites ne grimacez pas, ne vous livrez à aucune sorte de contorsions. Si vous éprouvez de la douleur, arrêtez-vous immédiatement jusqu’à ce que la douleur ait disparu. De plus, vous ne pouvez faire ces exercices si vous venez de vous bourrer de nourriture. La plupart des gens mangent trop, pendant trop longtemps et inutilement, et il faut donc donner la préférence à une alimentation modérée.

Un avertissement final : ne faites pas ces exercices si vous avez une maladie de coeur ou la tuberculose. N’essayez pas de retenir votre souffle plus longtemps qu’il n’est confortable. Après tout, il y aura d’autres vies et pour ce que vous n’apprenez pas dans cette vie, il vous sera toujours possible de ‘revenir faire un tour’ et reprendre là où vous en étiez ! Il convient également de préciser que, sauf si vous êtes très jeune, très souple, et pourvu d’une bonne assurance-maladie, vous ne devriez faire aucun de ces exercices qui exigent que

vous vous teniez en équilibre sur un pouce ou que vous placiez vos pieds sur le haut de votre tête, ou quelque chose du genre. À moins d'être né Oriental, ou que vos parents ne soient acrobates du cirque local, vous serez bien avisé de ne pas toucher à ces choses.

SUPPLÉMENT 'B' :
LES PIERRES

VOICI un supplément sur les diverses sortes de pierres, car elles ont une grande influence sur la vie de chacun de nous. Les pierres sont les plus vieilles choses solides sur cette Terre ; elles existaient avant que les humains n'aient été imaginés en rêve — ou en cauchemar ! — et continueront d'exister longtemps après notre disparition.

Selon votre point de vue, vous pouvez voir les pierres comme une collection de produits chimiques, ou comme un paquet de molécules qui oscillent selon le nombre d'entre elles entassées dans un certain espace. Les pierres, cependant, ont de très fortes vibrations. En réalité elles sont comme les émetteurs de radio, transmettant continuellement leurs messages pour le bien ou pour le mal.

Jetons un coup d'oeil aux pierres, en commençant avec :

AGATE : Beaucoup de gens considèrent l'agate comme une pierre rouge, mais en fait il y en a des rouges, des vertes, des brunes et une sorte couleur gingembre. En Extrême-Orient l'agate rouge, ou de sang, comme on

l’appelle souvent, est véritablement une protection contre les insectes venimeux tels que les araignées. Ce n’est pas de la fiction. Les agates émettent une radiation qui repoussent les araignées et les scorpions et les fait ‘aller voir ailleurs’.

Il y a une sorte d’agate brune qui émet une vibration qui donne à un homme de la confiance en soi, et en lui donnant ainsi une sorte de ‘courage hollandais’, lui permet de triompher de ses ennemis et de réussir auprès des dames.

Dans le domaine médical, il a été prouvé que si une personne porte une agate brune sur la peau, de préférence sur le sternum, c’est-à-dire suspendue autour du cou sur l’os de la poitrine, cela accroît son intelligence et aide à apaiser les fièvres et la folie. Pour ce qui est de cette dernière, vous remarquerez aisément qu’il n’y a pas beaucoup d’agates brunes ainsi portées.

Au Moyen-Orient, certaines personnes portent une agate modelée qui est censée protéger contre les infections intestinales qui sont généralement très répandues là-bas.

Il y a des agates noires, des agates vertes et des grises, mais en Chine il y a une très, très remarquable agate qui contient certains restes de fossiles, et si vous prenez une de ces pierres qui ont été très soigneusement polies, vous verrez des motifs de petites formes de flore telles que les fougères. Les fermiers s’en servent comme décoration dans l’espoir que les récoltes seront très fructueuses.

AMBRE : Si vous avez des ennuis avec vos reins ou votre foie, ou si vous souffrez de ce mal de nos civilisations qui enrichit nos pharmacies (la constipation), prenez de l'ambre en poudre ; après l'avoir moulu pour qu'il ait la consistance de la farine, additionnez-le de miel et d'un peu d'eau. Avalez alors la potion, mais seulement si vous êtes à proximité de ce lieu adapté à notre civilisation, parce que c'est un remède qui fonctionne vraiment, comme vous pourrez vous en rendre compte. Le seul problème — l'ambre est plutôt coûteux.

Les dames qui cherchent un mari et n'ont pas beaucoup de chance d'en attirer un devraient porter un morceau d'ambre taillé en symbole phallique. Un tel symbole ne manquera pas d'attirer l'homme qui a pour la dame les désirs appropriés. Ainsi, celle-ci s'attirera-t-elle le mari qu'elle désirait.

L'ambre est une pierre qu'on n'utilise pas beaucoup en Occident, car si elle n'est pas habilement polie, elle est assez terne.

AMÉTHYSTE : Beaucoup d'évêques portent l'améthyste en bague que le dévot embrasse sur le doigt du prélat. Une améthyste, de couleur violette ou lie-de-vin, apporte la tranquillité. En d'autres termes, les vibrations moléculaires de la matière que nous appelons améthyste oscillent à une fréquence périodique telle qu'elle hétérodyne les vibrations agressives d'un humain et forcent ces vibrations à ralentir et à se tenir tranquille !

L’améthyste était utilisée comme tranquillisant en Extrême-Orient bien avant que l’aspirine ne prenne le contrôle de ce domaine.

ANTIPATHES : C’est une pierre entièrement noire. Elle ressemble à quelque chose comme un morceau de charbon soigneusement poli, de la variété de l’anthracite. Elle est peu utilisée aujourd’hui en Occident en raison de sa totale noirceur. On s’en servait, cependant, comme support pour les camées d’ivoire.

BÉRYL : Saint Thomas est le saint patron du béryl. On dit qu’il se servait du béryl jaune pour guérir les maladies du foie. Le béryl est normalement de couleur verte. C’est une pierre qui aide la digestion.

CALCÉDOINE : Dans certains pays arriérés (ou bien sont-ils en fait en avance ?), la calcédoine est utilisée en poudre. Elle aide à évacuer les calculs biliaires. La poudre de calcédoine provoque la dilatation de la vésicule biliaire et de tous les passages qui y sont reliés. Ainsi, les calculs coincés dans la paroi de la vésicule biliaire peuvent être évacués sans opération.

CATOCHITIS (ou **Catochite**, NdT) **:** C’est une pierre vraiment remarquable que l’on trouve dans certaines îles méditerranéennes, surtout en Corse. C’est une pierre qui est magnétique à la peau humaine, ce qui fait que si vous vous frottez les mains et touchez ensuite la catochitis, cette pierre adhérera à votre main, pourvu, bien sûr, qu’elle ne soit pas trop lourde.

Les Corses utilisent cette pierre pour se protéger contre l’hypnotisme.

CORNALINE : Certaines personnes appellent la cornaline, pierre de sang. Elle a une vibration qui freine les pulsations du sang, et c'est vraiment un fait que si une personne souffre d'une congestion dans la tête, la congestion sera grandement soulagée si les lobes frontaux et la zone de l'atlas sont frottés avec une cornaline douce.

Les cornalines sont parfois opaques, mais les meilleures sont translucides.

CRISTAL : Le cristal est une très étrange forme de roche. Il est plus transparent que le verre et possède de très, très grands pouvoirs utilisés dans la 'boule de cristal'. Ceux qui sont doués d'une manière quelconque pour la clairvoyance verront augmenter leur aptitude en utilisant un morceau de cristal sans défaut.

Le cristal a une vibration qui est compatible avec le troisième oeil, qui renforce le troisième oeil, qui renforce la capacité de 'voyance' d'une personne.

Dans diverses parties de l'Irlande, de petites boules de cristal sont serties en bagues, et l'on croit qu'elles peuvent attirer les faveurs des lutins irlandais !

En Extrême-Orient, les prêtres d'antan, partis en équipe de chercheurs, découvraient un bloc de cristal dans les Andes ou dans l'Himalaya. Ils en ciselaient soigneusement les bords rugueux, et pendant des années et des années, taillaient le morceau de roche en forme sphérique. Des générations et des générations de prêtres polissaient le cristal en utilisant du sable de plus en plus fin et de l'eau, le sable étant enveloppé dans du cuir souple. Enfin le cristal était prêt pour sa

fonction religieuse — voir le futur, connaître la volonté des Dieux !

DIAMANT : Le diamant est un cousin proche d'un morceau de charbon. C'est simplement un morceau de carbone qui a reçu une éducation supérieure ; en d'autres termes, il vibre à une plus haute fréquence.

On croit souvent qu'un diamant immunise contre les poisons et la folie. Dans le domaine de la santé, le diamant était censé guérir la plupart des maladies. Il fut un temps, en Inde, où le Diamant Koh-I-Noor était plongé et agité dans l'eau pour qu'il transmette certaines de ses qualités à l'eau. Comme la personne qui tenait le diamant ne s'était pas nécessairement lavé les mains auparavant, il n'est pas douteux que certaines 'qualités' ÉTAIENT ainsi communiquées ! L'eau sale qui en résultait était donnée à boire au patient, et la foi en l'Inde à cette époque était telle que souvent une guérison s'accomplissait.

Il est également reconnu que les diamants sont très efficaces pour obtenir les faveurs de la femme aimée, surtout si le diamant est emballé dans un manteau de vison. Mais ceci n'est, bien sûr, qu'un ouï-dire.

ÉMERAUDE : L'émeraude verte a la réputation de guérir les maladies des yeux, et à travers les âges les gens en vinrent à croire absolument à ce pouvoir de guérison sur les yeux. L'idée traversa l'esprit d'un quelconque sorcier, ou magicien, ou prêtre (ils se ressemblent tous) que si l'émeraude pouvait guérir les maladies de l'oeil, elle pouvait aussi chasser le mauvais oeil. Et c'est ainsi que les émeraudes furent portées autour du cou avec l'idée que si une personne possédée

du mauvais oeil regardait un tel détenteur, toutes les influences maléfiques en seraient conjurées et seraient retournées à l'envoyeur, le mauvais oeil lui-même, avec des résultats particulièrement désastreux pour ce dernier.

En Orient, il y a beaucoup de preuves que les émeraudes aident vraiment à soulager les maladies des yeux.

GRENAT : C'est une pierre qui apparemment n'est pas très populaire maintenant, mais il fut un temps où on la portait dans l'espoir d'être protégé des maladies de peau et du danger. Elle devait en fait être portée en contact avec le corps, et plutôt que d'être utilisée en bague comme à présent, elle était insérée dans une petite monture et portée autour du cou, habituellement présentée de façon à se trouver juste au-dessus du coeur.

Quand il y avait danger de mauvaise santé, la pierre adaptée à son possesseur devenait terne et sans éclat. Au fur et à mesure que le danger de maladie diminuait, la pierre reprenait son éclat originel.

En Europe, à l'heure actuelle, les gens portent le grenat en croyant qu'il leur apportera la constance en amour.

JADE : Beaucoup de gens pensent que le jade est une pierre verte, mais on le trouve dans un bon nombre de nuances différentes. Il peut être presque limpide, par exemple, ou jaune, ou de diverses teintes de vert, de bleu, ou même noir. Le jade est une pierre qui peut être taillée et travaillée par ceux qui en ont l'habileté.

Les Chinois, avant le communisme, façonnaient le jade en de très beaux ornements et statues.

L’homme d’affaires chinois d’avant le communisme gardait les mains à l’intérieur de ses manches. Si vous vous souvenez, ils avaient de très grandes manches, et souvent, un homme d’affaires astucieux gardait les mains dans ses manches en serrant un talisman fait de jade. Il comptait sur le jade pour l’aider à faire une bonne affaire.

Au point de vue médical on déclarait que le jade vert pouvait, par ses vibrations particulières, guérir l’hydropisie (rétention d’eau, NdT) et les affections semblables en rapport avec le système urinaire.

JAIS : Le jais est une pierre noire. Son nom exact est gaggitis. C’est une pierre qui avait une importance particulière au temps des Druides dans les îles Britanniques. Un couteau de jais était utilisé pour les sacrifices druidiques à Stonehenge.

Encore de nos jours, en Irlande, surtout sur la côte Ouest, là où les vagues sauvages de l’Atlantique se fracassent contre les grands rochers, la femme du pêcheur irlandais brûlera un petit morceau de pierre de jais en priant pour que son mari revienne sain et sauf, protégé des périls de la mer turbulente.

Avant le règne des dentistes, les gens mettaient de la poudre de jais autour d’une dent douloureuse. Probablement que l’âcreté de la poudre leur donnait quelque chose d’autre à penser, mais c’était apparemment efficace pour guérir le mal de dents. Elle soulageait également les maux de tête et d’estomac.

LAPIS-LAZULI : Cette pierre a une histoire particulière en Égypte et en Inde. De nombreuses inscriptions ont été gravées sur des cylindres de lapis-lazuli, donnant de hautes connaissances ésotériques. Le lapis-lazuli était l'une des pierres sacrées, l'une des pierres utilisées pour la célébration des Grands Mystères. Il était sacré à cause de sa beauté et, médicalement, on affirmait qu'il écartait les fausses couches et les avortements.

ONYX : En Orient, il est considéré comme une pierre qui porte malheur. Il sollicite ceux qui sont atteints du mauvais oeil, et il était apparemment de pratique assez courante de déguiser une pierre de ce type pour qu'elle ressemble à autre chose, ou de l'encastrer dans quelque chose d'autre, pour la donner ensuite à son ennemi avec la conviction que le pauvre diable en obtiendrait beaucoup plus qu'il n'en attendait.

OPALE : C'est une autre pierre qui est très défavorable. Les pierres fumées qui sont extraites en grande partie des mines d'Australie ont souvent eu de mauvaises influences et l'occultiste a pu y détecter des radiations malignes.

Certaines personnes affirment que les opales sont excellentes pour ceux qui souffrent de maladies oculaires, mais si on est assez chanceux pour mettre la main sur une opale noire qui est également assez claire pour qu'on puisse y voir le rubis 'jaillir', celle-ci pourra alors être considérée comme porteuse de bonne fortune, et elle donnera à son possesseur une vue remarquablement vive.

RUBIS : On affirme que cette pierre protège contre toutes sortes de maladies infectieuses. On affirme que les rubis empêchent d'avoir la fièvre typhoïde, la peste bubonique et autres épidémies.

Comme pour les diamants, le meilleur type de rubis était souvent agité dans l'eau, ou même laissé dans l'eau pendant un certain temps, et le patient souffrant de douleurs intestinales se faisait offrir cette eau à boire, par la suite.

Il était également admis pour une personne souffrant du cancer des intestins d'avaler un rubis qui était, 'la nature suivant son cours', récupéré, nettoyé, et avalé de nouveau, et l'on affirme en toute certitude que l'on connaît un cas où le cancer a été enrayé par ce moyen.

SAPHIR : Beaucoup de gens confondent saphir, turquoise et lapis-lazuli, mais quel que soit le nom qu'on lui donne, les remarques faites sous 'lapis-lazuli' s'appliquent dans le cas du saphir et de la turquoise.

PIERRES DE TOUCHE : Comme nous l'avons vu, les pierres sont simplement, comme toutes les autres substances, une masse de molécules en mouvement. La sensation qui est communiquée à une personne peut être pour le bien ou pour le mal. Il y a des pierres qui irradient le malheur et provoquent une grave inharmonie dans le corps. Mais il y a également des pierres qui tranquillisent une personne et on les appelle : 'Pierres de Touche Tranquillisantes'.

Il y a des siècles et des siècles, bien avant l'âge de l'aspirine, les Anciens, les Adeptes, et les Faiseurs de Magie d'antan, pouvaient guérir l'humanité de ses

diverses maladies nerveuses et mentales. Ils pouvaient ramener la tranquillité dans les foyers des gens.

Dans la Chine lointaine, au Tibet, dans les temples sacrés de l'Inde, et dans les grands temples des Incas, des Aztèques, et des Mayas, les prêtres façonnaient laborieusement à la main des pierres, pierres dont les contours astucieusement conçus réconfortaient le cerveau humain, et en inondant cet organe de confort et de sensations tactiles agréables, calmaient tout le mécanisme humain. Malheureusement, l'art de fabriquer de telles pierres ciselées s'est pratiquement éteint à travers les âges. Les gens se bourrent de médicaments pour amoindrir la sensation, parce que nous sommes dans un cycle négatif d'évolution, et les médicaments nous rendent 'négatifs'.

Les Pierres de Touche Tranquillisantes sont de nouveau disponibles. J'ai fait de telles pierres, et en ai protégé la conception par un copyright, parce que seulement une configuration particulière offre le maximum de réconfort.

Que la Pierre de Touche Tranquillisante soit tenue dans la main gauche ou la main droite, n'a pas d'importance. La partie où il y a mon nom doit être contre la paume, et l'idéogramme doit être en bas, laissant la portion soigneusement bombée face vers le haut pour qu'elle vienne sous le pouce. Votre pouce doit alors suivre oisivement les contours de cette partie bombée. Vous vous apercevrez que le réconfort, l'aisance et la libération du tracas vous envahissent, vous vous apercevrez que vos problèmes s'évanouissent comme la brume matinale au soleil

levant. Vous constaterez que vous jouissez d’une paix d’esprit inconnue jusqu’alors.

Ce n’est pas l’endroit pour donner plus de détails, mais vous avez certainement déjà vu mes publicités. Il suffira de dire que si nous utilisons les choses de la nature dans les buts pour lesquels elles étaient prévues, alors la nature peut nous aider. Les pierres peuvent nous venir en aide tout autant que les fruits et les remèdes à base de plantes. On doit préciser que seule la Pierre de Touche aux contours appropriés doit être utilisée parce que la mauvaise sorte peut provoquer de l’irritation au lieu de la tranquillité. Ainsi — vous êtes avertis !

TURQUOISE : La turquoise est très répandue au Tibet, où il y a un pont appelé ‘Le Pont de Turquoise’. Les Moulins à Prières et les Boîtes d’Amulettes au Tibet étaient habituellement ornés de petites turquoises parce que la turquoise avait la réputation de porter tout particulièrement bonheur.

Elle était montée en bague et portée aussi dans les cheveux. La femme tibétaine avait l’habitude de porter une sorte de grande forme de bois pour que ses cheveux puissent y être montrés à leur avantage maximal, et souvent la forme de bois elle-même était décorée de turquoises.

Les turquoises sont extrêmement bonnes pour l’amélioration de sa santé.

La turquoise est une pierre sacrée dans la croyance Bouddhiste.

SUPPLÉMENT ‘C’ : L’ALIMENTATION

Comme toute personne ayant vécu un tant soit peu sur cette Terre aura découvert, nous devons manger pour vivre, mais nous ne devrions pas vivre dans le seul but de manger. Le corps humain peut être comparé à une usine : les matériaux y sont apportés, ‘travaillés’, et transformés de diverses manières. Dans notre usine humaine, les matériaux y sont apportés pour que le corps s’entretienne, répare les tissus abîmés ou vieillis, et active les muscles qui nous permettent de bouger. Il doit également y avoir suffisamment de matériaux en surplus pour que le corps puisse se développer mentalement et physiquement.

Les humains ont besoin de quatre sortes de matériaux de base pour que les tissus puissent croître et être réparés, et pour que les os puissent se développer ou se ré-unir après une facture. Par ordre alphabétique, voici les quatre choses tout à fait essentielles à la vie humaine :

1. Glucides.
2. Hydrocarbures.
3. Minéraux.
4. Protéines.

Avant que l’homme ne devienne civilisé — ou qu’il se considère civilisé — toute l’humanité était végétarienne, mais à l’époque l’appendice, cet organe désormais gênant ou atrophié, jouait un rôle très utile

dans la vie du corps humain ; comme l’appendice n’est plus qu’un moignon atrophié, l’Homme ne devrait pas être entièrement végétarien. Être végétarien et se trouver dans les mêmes conditions qu’une personne qui a une alimentation équilibrée signifie qu’il faut manger tout le temps, parce qu’il faut prendre d’énormes quantités de nourriture purement végétarienne.

L’Homme s’est progressivement habitué à la viande et il s’est aperçu qu’en mangeant une quantité raisonnable de viande, il avait moins besoin de fruits et de légumes, et qu’il passait ainsi moins de temps à manger et pouvait se consacrer à d’autres choses.

Beaucoup de gens sont trop ‘amers’. C’est-à-dire que leur sang, leurs sucs, et leurs tissus contiennent trop d’acide, et ces gens-là ont envie de choses amères ou âcres comme les citrons, les pommes sûres (Salicylate de méthyle, NdT), et toutes sortes de choses qui ont une saveur aigre, forte, acide. C’est malheureux parce que ces personnes ont trop d’acide dans le sang et que cela réduit la capacité du sang à absorber le dioxyde de carbone et autres résidus de gaz qui doivent être exhalés. On a besoin d’un sang alcalin pour absorber les gaz qui doivent être amenés aux poumons et exhalés, faisant ainsi de la place pour que l’oxygène soit inhalé.

Ainsi — vous tous qui aimez les choses amères, rappelez-vous que vous perturbez votre système d’oxygénation ! En outre, vous vous offrez désarmés aux rhumes, douleurs de la poitrine, rhumatismes et troubles nerveux.

Il est regrettable que les végétariens deviennent souvent des maniaques et des tatillons ; ils deviennent

extrémistes ! Il a été mentionné plus haut qu'un régime végétarien est un régime idéal POUR CEUX QUI VIVENT DANS DES CONDITIONS IDÉALES. Si l'on est végétarien et que l'on vive dans les conditions idéales que cela demande, il ne peut y avoir d'inconvénient comme celui de la constipation, car le volume de cellulose naturelle inutilisée, par ses propriétés hydrologiques, lubrifie le gros intestin et aide à expulser les déchets. Mais, encore une fois, pour être strictement végétarien, on doit manger presque tout le temps.

La constipation vient le plus fréquemment de ce que le sang extrait trop d'humidité des intestins. Au moment où les déchets arrivent dans le côlon descendant, il n'y a pas assez d'humidité pour les rendre souples (ou 'malléables') afin d'être expulsés. De tels déchets adhèrent alors fermement à la paroi finement velue du côlon, et les contractions musculaires appelées péristaltiques sont très douloureuses. Les gens seraient moins constipés s'ils buvaient plus d'eau.

VITAMINES : Les vitamines sont des 'forces de vie'. Elles sont présentes dans les quatre substances essentielles mentionnées plus haut ; les vitamines sont présentes dans les fruits, les légumes, les noix, et dans la plupart des substances naturelles que nous mangeons. Ces 'essences de vie' sont absolument nécessaires et si l'on manque de certaines d'entre elles, on est soumis à toutes sortes de maladies gênantes. Le manque de vitamines, par exemple, est la cause du béribéri, et dans les camps de prisonniers de guerre

japonais le béribéri pouvait souvent être guéri quand le malade pouvait mettre la main sur un peu de ‘Marmite’ (pâte à base de levure riche en vitamine B, NdT), un produit des plus précieux.

Au temps des anciens voiliers, avant la réfrigération etc., quand les ‘wooden walls of England’ (murs de bois d’Angleterre, NdT) voguaient sur les mers, sans avoir à se préoccuper des flottilles de pêche russes, les marins souffraient souvent du scorbut. C’est une maladie de la peau causée par un manque de vitamines, et si le scorbut est négligé, le malade ‘dépérit’, sa santé allant de pire en pire, pour finir par en mourir. Ça commence comme une maladie de la peau, pour faire son chemin à l’intérieur du corps, affectant divers organes.

En ces jours-là, les équipages des voiliers britanniques emportaient à bord du jus de citron vert parce qu’il était riche en vitamines, et il était distribué tout comme l’était le rhum. Ce jus de citron, à propos, est la raison pour laquelle les Américains appellent les Anglais les ‘limeys’ (le mot anglais ‘lime’ signifie ‘citron vert’ ou ‘limette’, NdT), à cause du jus, ou du citron vert, consommé à bord des bateaux britanniques.

À moins d’avoir une quantité suffisante de vitamines, on ne peut pas décomposer ou assimiler les minéraux qui nous sont aussi essentiels. Un mélange adéquat de vitamines et de minéraux doit être maintenu, autrement nos différentes glandes, telles que les glandes endocrines, ne fonctionnent pas correctement et alors les gens manquent d’hormones, de testostérone, ils deviennent stériles — impuissants. Ils deviennent irritables et victimes de toutes sortes de

malaises obscures. Voici quelques-unes des vitamines essentielles :

VITAMINE ‘A’ : Nous dépendons grandement de la vitamine A, qui est une substance soluble dans les graisses et les huiles. Elle aide à garder la peau souple et lisse. Elle aide à prévenir les infections par les écorchures de la peau, et est une aide des plus précieuses pour surmonter les maladies du système urinaire. Un avantage supplémentaire est qu’une quantité suffisante de vitamine A est d’une grande utilité pour régulariser l’oxygénation du cerveau.

VITAMINE ‘B1’ : La vitamine B1 n’est pas soluble dans les acides, mais est complètement détruite dans un milieu excessivement alcalin. Ainsi, à moins que nous ne maintenions nos sécrétions corporelles à un niveau optimum entre l’excès d’acidité et l’excès d’alcalinité, nous allons détruire beaucoup de substances avant même qu’elles puissent nous aider. La Vitamine B1 donne bon appétit et facilite la digestion de ce qu’elle nous a incité à manger. Elle aide à fournir la résistance adéquate à l’infection, et est l’un des matériaux essentiels pour une bonne croissance.

VITAMINE ‘B2’ : La vitamine B2 est une vitamine soluble dans l’eau. C’est une substance particulièrement indispensable pour une bonne vision. Si on manque de cette vitamine, on a toujours des problèmes de vue et plusieurs de ces affections peuvent être guéries par une attention à la teneur en vitamine de l’organisme.

Cette vitamine aide au bon fonctionnement du tube digestif du début jusqu'à la fin. Elle donne de bonnes fonctions digestives et permet de 'manger comme un cheval' !

Si l'on manque de vitamine B2, le système ne peut pas absorber de fer ; en outre, un manque de cette vitamine entraîne une grave perte de cheveux et réduit les ressources de l'organisme au point de souffrir d'ulcères tels que les ulcères de la langue, etc.

VITAMINE 'C' : La vitamine C est une substance instable. Elle ne peut pas être emmagasinée longtemps dans l'organisme. Tout déséquilibre provoquera des attaques sur cette vitamine et entraînera sa destruction avant même qu'elle ait pu être correctement utilisée. On doit prendre cette substance tous les jours, et faire en sorte d'en avoir en quantité suffisante.

La vitamine C est bénéfique pour la croissance des os et des dents parce qu'elle permet au corps d'absorber le calcium qui, comme vous le savez, est une condition nécessaire à la solidité des os. Sans vitamine C le corps devient rachitique par manque de calcium. Le manque de la vitamine provoque des troubles respiratoires et peut rendre sujet à la tuberculose.

VITAMINE 'D' : La vitamine D est une autre vitamine qui contrôle l'absorption du calcium et du phosphore et permet au phosphore de se transformer en phosphate. Ainsi, sans vitamine D, nous ne pouvons utiliser au mieux les minéraux qui nous sont également nécessaires au bon fonctionnement de notre organisme.

La Vitamine D est l'une des choses qui manquent habituellement au végétarien, parce qu'on ne la trouve PAS dans les légumes ou les fruits. Le végétarien maniaque doit aller chercher sa vitamine D dans les produits artificiels plutôt que de la prendre dans la viande naturelle.

Trop de vitamine D entraînera une grave maladie : dépression aiguë et diarrhée ; vous serez alors incapable de retenir la nourriture assez longtemps pour que les villosités — les tubes velus dans les intestins — absorbent la nourriture, ce qui fait que vous allez souffrir du manque de nourriture au milieu de l'abondance.

VITAMINE 'E' : La vitamine E (on peut parcourir tout l'alphabet avec ces lettres !) est une substance qui se loge dans les muscles et, malheureusement, est rapidement détruite ou expulsée. Par conséquent, il nous faut un régime équilibré pour assurer un approvisionnement régulier de vitamine E. Sa carence produit la stérilité et les fausses couches, et quand un enfant naît, il est handicapé dès lors.

Pour ceux qui sont intéressés, le céleri et le germe de blé sont les sources de vitamine E les plus adéquates.

Maintenant que nous nous sommes occupés de nos vitamines, peut-être pourrions-nous dire quelques mots au sujet des minéraux qui nous sont nécessaires.

MINÉRAUX : Les minéraux sont absolument essentiels et le végétarien convaincu devrait se rappeler que beaucoup de minéraux sont présents dans la viande aussi bien que dans les fruits et les légumes. Ainsi, une

alimentation équilibrée de viande, de légumes et de fruits fournit une quantité plus équilibrée de vitamines et de minéraux.

Dans un monde idéal, les gens ne mangeraient pas de viande, mais nous ne vivons pas dans de telles conditions idylliques. Nous devons nous lever le matin, et avant d'être vraiment prêts à manger, avaler en vitesse notre petit déjeuner, courir pour attraper le bus, travailler au bureau dans une inconfortable et mauvaise position. À l'heure du déjeuner, nous nous précipitons dehors pour prendre ce qu'il faut pour nous maintenir et en même temps, tout en engouffrant notre repas, nous parlons avec d'autres personnes. Nous nous hâtons de revenir au bureau, reprenons la même mauvaise posture, et après cela, nous pouvons avoir à faire un long trajet de retour à la maison, trop fatigué, trop déprimé, trop frustré, pour être en état de vraiment digérer la nourriture placée devant nous. Un vrai repas végétarien doit être une affaire bien tranquille qui dure presque toute la journée et ne peut raisonnablement s'accomplir dans nos conditions de vie actuelles. Donc — les fanatiques du végétarisme ne peuvent être logiques avec eux-mêmes qu'en partant vivre sur une île déserte, loin des pièges, des déceptions, et des illusions de la civilisation. S'ils veulent rester ici, ils sont alors invités à suivre la voie d'une gentille sagesse, et à manger suffisamment de viande pour entretenir les fonctions essentielles de leur corps.

Voici, par ordre alphabétique, les minéraux essentiels :

CALCIUM : Le calcium est tout à fait nécessaire pour avoir des os solides et des dents saines. Le calcium est le fondement de nos os et de nos dents. Sans calcium nous perdrions notre sang jusqu'à la mort même après une légère égratignure, car ce minéral donne au sang la capacité de coaguler.

Le calcium aide à l'absorption de la vitamine D, et ils travaillent tous deux ensemble.

CHLORE : Tout le monde sait que le chlore est un bon produit de nettoyage. Vous pouvez en acheter des bouteilles sous différents noms commerciaux et vous en servir pour faire votre vaisselle ou votre lessive. Dans le corps humain le chlore est nécessaire, en quantité limitée, bien sûr, car le chlore que nous prenons nettoie et désinfecte les cellules de l'organisme, purifie le sang, aide à le débarrasser de l'accumulation excessive des graisses indésirables, et élimine diverses impuretés qui se logent dans nos articulations et nous font grincer comme une charnière rouillée quand nous bougeons.

Le chlore, en quantité restreinte, est essentiel, et si nous avons une alimentation équilibrée, nous constaterons qu'il y a une provision suffisante de chlore dans nos repas quotidiens.

CUIVRE : Le cuivre est nécessaire, comme nous l'avons écrit précédemment, afin que, associé à la chlorophylle (celle-ci provenant de toute verdure, bien sûr) le fer puisse être décomposé en une forme que le corps peut prendre et utiliser. Nous parlerons du fer plus loin.

Le cuivre peut être classé comme l'un des 'oligo-éléments' parce que même une quantité infime suffit pour agir comment catalyseur. Un catalyseur est ce qui peut agir sur une autre substance sans nécessairement être changé ou détruit, ce faisant.

La science n'a pas découvert avec précision la quantité de cuivre nécessaire à l'organisme, mais même une trace infime sera suffisante, et une alimentation équilibrée ordinaire contient la quantité nécessaire.

IODE : L'iode est tout à fait essentiel au bon fonctionnement du corps. Tout le monde sait que les algues marines (le varech) sont riches en iode, ainsi que les fruits de mer.

Il y a quelque temps, il était d'usage de porter un médaillon contenant un soupçon d'iode, mais ce n'était que pure affaire psychologique parce que l'iode doit être absorbé, et on en trouve suffisamment dans la nourriture ordinaire.

L'iode peut guérir le goitre parce que cette maladie est simplement un mauvais fonctionnement de la glande thyroïde. L'iode corrige une carence et aide à régulariser cette glande. En plusieurs endroits éloignés de la mer, les natifs de l'endroit souffrent du goitre, mais il est vraiment rare qu'une personne en souffre quand celle-ci vit au bord de la mer, parce que même la pluie contient une certaine quantité d'iode, à moins que la personne ne vive dans une zone éloignée.

FER : Le fer est un autre minéral. Les gens qui pensent qu'il s'agit d'un métal oublient que c'est quand même un minéral. Probablement tout le monde sait que nous

avons besoin de fer, parce que sans lui nous ne pouvons pas fabriquer les globules rouges qui permettent à notre circulation sanguine d'absorber l'oxygène. Si nous manquons d'oxygène, notre cerveau s'engourdit et finit par mourir. Aussi, le fer est un minéral très, très nécessaire.

Ce n'est pas en avalant quelques noix et noisettes que nous pouvons dire que nous avons pris du fer. Il faut que le fer soit sous une certaine forme et que la chlorophylle et le cuivre agissent sur lui afin de pouvoir subir un changement chimique dans l'organisme et que les diverses cellules du corps puissent l'absorber et l'utiliser.

Il est intéressant de noter que les dames ont besoin de beaucoup plus de fer ; une femme a besoin d'environ quatre fois plus de fer qu'un homme du même poids. C'est parce que les femmes ont des fonctions particulières à assumer que les hommes sont enchantés d'éviter.

MAGNÉSIUM : Le magnésium est un minéral qui assiste le calcium dans la formation des os. Si nous manquons de magnésium, nous sommes sujets à la carie dentaire. C'est un élément tout à fait essentiel, tout comme le calcium.

Le magnésium aide le système digestif ; en fait, si l'on a une douleur causée par une indigestion (probablement pour avoir trop mangé !), on se soigne en prenant quelques comprimés de magnésium.

Nous avons besoin d'une forme alcaline de magnésium que l'on peut commodément obtenir dans les noix et dans presque toutes les sortes de fruits.

PHOSPHORE : Nous devons aussi avoir du phosphore ; vous savez, le truc qui fait s'enflammer l'allumette 'de ménage' ordinaire. Le phosphore est une substance extrêmement combustible. Vous avez peut-être déjà vu des expériences de laboratoire où un morceau de phosphore a été retiré de l'eau dans laquelle il est habituellement conservé. Aussitôt retiré, et en présence de l'air et de son oxygène, il commence à se consumer et dégage une épaisse fumée blanche.

Le phosphore aide grandement à l'oxydation de diverses substances dans le corps et à donner de l'alcalinité au sang.

Sans ce sang alcalin, nous ne pouvons pas nous débarrasser des excès de gaz comme le dioxyde de carbone. Si notre circulation sanguine est encombrée de dioxyde de carbone et d'azote en excès, nous avons alors une apparence 'cyanosée' ou bleue, parce que notre sang est alors privé d'oxygène. Le phosphore contrôle ceci en faisant de la place pour l'oxygène.

Les composés du phosphore sont nécessaires pour maintenir la santé de notre système nerveux. Le phosphore, quand il est utilisé pour les nerfs, est appelé 'lécithine'. Ceci renforce la substance blanche du système nerveux et le tissu nerveux qui se trouve dans la matière grise du cerveau. Ainsi, si nous manquons de phosphore, nous manquons également de puissance cérébrale. Le poisson est une nourriture riche en phosphore et en phosphates ; c'est pourquoi les gens disent que le poisson est un bon aliment pour le cerveau.

POTASSIUM : Le potassium est un minéral qui assure l'élasticité de nos muscles. Sans potassium, les muscles cardiaques et intercostaux lâcheraient, ce qui fait que ce minéral est absolument essentiel au maintien de la vie. Heureusement, le potassium de type alcalin dont nous avons besoin se trouve dans la plupart des variétés de fruits et de légumes, et il ne devrait y avoir aucun problème à en absorber en quantité suffisante.

SODIUM : Le sodium de type alcalin est bénéfique aux êtres humains en plus de servir pour les lampes fluorescentes des rues. Le sodium est l'un de nos produits les plus importants actuellement.

Le manque de sodium peut en réalité causer le diabète, parce que sa carence peut être l'instigateur de la paralysie des îlots du pancréas. Quand ces îlots sont paralysés, la personne n'est pas capable de décomposer les sucres et les graisses. Plusieurs personnes qui souffrent du diabète seraient soulagées en prenant du sodium alcalin dans leur alimentation.

Comment obtenir le sodium alcalin ? Mangez des bananes, du céleri, de la laitue, et une source très prolifique de nombreux minéraux est la châtaigne — de préférence légèrement bouillie et grillée.

Si une personne manque de sodium, elle manquera aussi de salive, et il y aura insuffisance de bile et de sucs pancréatiques.

SOUFRE : Le soufre est un minéral connu des sorcières de jadis. Une dose de soufre faisait des merveilles pour les amoureux ! Le soufre est un très bon tonique et revitalisant pour le sang. On en donnait aussi aux animaux pour protéger leur fourrure, et pour cette

même raison, une dame saupoudrera parfois son manteau de fourrure, laborieusement acquis, de poudre de soufre.

Le soufre de type acide est indispensable à toutes les cellules du corps. C'est un antiseptique des cellules sanguines, et il aide à purifier les cellules autour des intestins.

Sans une quantité suffisante d'acide sulfurique, on peut être victime d'une collection bizarre et désagréable de maladies de peau. Le soufre contribue également à faire pousser les cheveux.

Ceci n'est pas censé être un savant traité sur l'alimentation, mais doit être considéré comme un aide-mémoire destiné à vous aider à résoudre vos propres problèmes de nourriture. Dans *tous* mes livres je dis ce que je ressens, ce que je tiens pour des faits. Il est possible que certaines personnes pensent que 'les fous se précipitent là où les anges craignent de s'aventurer', mais je sais ce que je fais (ce dont la plupart des gens ne peuvent pas dire !) et je tiens à ajouter ceci :

L'Homme est un animal. L'Homme a certains besoins animaux. En ce moment, parce que nous avons rompu avec la nature, que nous vivons dans un monde 'civilisé' là où il y a toutes sortes d'emplois inutiles, nous devons manger des aliments synthétiques, de la cochonnerie, des trucs qui sont passés par un processus qui élimine beaucoup des constituants les plus importants ; les vitamines ont été rendues insolubles, et beaucoup de minéraux ont été 'filtrés'.

Alors, soyons raisonnables ; à notre stade actuel d’évolution, nous devons consommer une certaine quantité de viande, mais nous pouvons toujours manger nos légumes, nos fruits, et nos noix. Ne ruinons pas notre santé en nous refusant de la viande SI LE CORPS EN A BESOIN. Certaines personnes n’en ont pas besoin ; pour d’autres, elle est essentielle. Vous ne pouvez que ‘laisser votre conscience vous guider’.

Beaucoup de gens pensent que c’est cruel de manger de la viande. Selon les scientifiques russes qui ont utilisé un équipement électronique spécial et inséré des sondes dans de pauvres plantes qui en souffrent, un chou peut crier de douleur quand il est coupé. Les scientifiques à travers le monde ont fait des recherches sur les réflexes et les réponses des fruits et des légumes, et il a été constaté que ceux-ci ont vraiment des sens-réflexes qui réagissent à certains stimuli.

Pour être logique avec vous-même, si vous êtes maniaque au point de ne pas manger de viande, pourquoi alors manger du beurre ? Pourquoi boire du lait ? Pensez à ceci : pour fournir le lait que vous êtes prêt à boire, une pauvre misérable vache a dû subir des mains brutales sur une partie plutôt sensible de son anatomie. Cette partie a été rudement manipulée pour séparer la vache de son lait — dans le but de vous procurer du plaisir.

Quand on tue un animal pour la viande, on le fait avec précision et instantanément. Mais si vous êtes persuadé que c’est cruel, eh bien pourquoi faire subir à une vache la torture de la traire deux fois par jour ?

Et si vous persistez à ne vouloir détruire aucune vie pour manger, qu’en est-il de tous les germes, toutes les

bactéries, dans une laitue quand vous la mâchez ? Et comment allez-vous satisfaire votre conscience si vous trouvez dans une feuille de laitue la moitié d'un ver que vous venez de mastiquer ?

Soyons raisonnables, mangeons ce qui nous est nécessaire à notre stade ou niveau actuel de développement. On peut toujours espérer qu'avec l'évolution continuelle, nous serons un jour en mesure de nous passer de viande, de nourriture synthétique, d'eau fluorée, d'air contaminée, etc., et revenir à la nature, aux feuilles de figuier et aux herbes. Alors seulement serons-nous prêts à vivre uniquement de fruits et légumes. Autrement, si nous devenons maniaques, nous ne faisons pas que grignoter des 'nuts', nous sommes 'nuts' ! (en anglais, 'nuts' signifie aussi bien 'des noix' que 'être cinglé', NdT)

SUPPLÉMENT 'D' : RAISON POUR LAQUELLE VOUS NE DEVRIEZ PAS VOUS ENTRAINER

Il ne fait aucun doute que les exercices et les disciplines sont un aspect très populaire des écrits de nombreux auteurs. Pour cette raison, j'ai pensé que je devrais ajouter quelques notes exposant pourquoi je suis si catégoriquement opposé aux exercices irresponsables.

Plusieurs, sinon la totalité, des exercices Yogiques sont originaires de l'Extrême-Orient, là où les gens apprennent et pratiquent ces choses de la petite enfance jusqu'au moment de leur mort. Ces exercices

Yogiques occupent une part très importante de la vie de ce que l'on pourrait appeler la vie d'un Oriental de la classe ouvrière.

L'Adepte hautement qualifié ne fait pas d'exercices Yogiques ; il n'en a pas besoin. Le but des exercices Yogiques est de discipliner le corps humain. Quand une personne arrive au stade où elle peut discipliner son esprit, elle a alors progressé bien au-delà de celui où elle se balance sur son pouce, les jambes croisées derrière le cou, et autres trucs du genre.

Mon opinion personnelle, fondée sur de nombreuses années d'observation, est qu'il est dangereux pour un homme ou une femme occidental d'âge moyen de se mettre soudainement et avec enthousiasme à faire des exercices qui ne conviennent qu'aux personnes à l'ossature très souple, ou ceux qui ont été entraînés depuis leur plus tendre enfance.

Qu'une personne souffrant de durcissement des artères, ou de diverses autres conditions, se mette à faire des exercices, est à la fois fou et dangereux et peut porter gravement atteinte à sa santé.

Tout au long de mes écrits, j'ai insisté sur les dangers des exercices non surveillés pour les Occidentaux. Si vous voulez faire quelques exercices, faites ceux suggérés sous le mot 'Cou', ou quelques autres petites choses simples et modérées, et pratiquez les exercices de respiration du Supplément A.

Il est nécessaire pour l'occultiste non évolué de maîtriser son corps avant d'être capable de maîtriser son esprit, de la même façon que les enfants jouent avec des toupies ou des cerceaux. Mais pour ceux qui

ont progressé au-delà de ces choses élémentaires, les exercices Yogiques sont une perte de temps.

En Inde et autres pays semblables, le contorsionniste qui fait des noeuds avec ses membres, ou qui a tenu un bras au-dessus de sa tête jusqu'à ce qu'il se soit atrophié, n'est pas un Adepte. Il n'est qu'un contorsionniste, un saltimbanque, quelqu'un qui a possiblement peu de spiritualité, quelqu'un qui gagne sa vie en faisant ces mises en scène, tout comme on peut voir des artistes de rue dans les grandes villes et à la porte des théâtres.

Le véritable Adepte ne fait pas de démonstrations et, en fait, le véritable Adepte ne pratique pas ces exercices.

J'ai essayé de vous mettre en garde, de sorte que si vous y allez avec la position de la charrue, ou certaines de ces autres choses, et vous donnez un tour de reins, ce sera votre propre faute. Si, en ne tenant pas compte de cet avertissement vous commencez à élever la Kundalini et ensuite ne pouvez pas la contrôler — eh bien ! vous l'aurez provoqué.

Ma plus ferme recommandation est que, si vous avez plus de dix-huit ou vingt ans, vous ne fassiez aucun exercice ardu ni contorsion à moins que vous ne soyez parfaitement habitué à ces choses, parce qu'il est terriblement facile (et terriblement douloureux !) de se froisser un muscle, de se déplacer des os, et de perturber sa santé de façon générale. Donc — si vous êtes sage, vous laisserez tomber ces exercices à moins d'avoir un véritablement authentique occultiste formé en Orient qui peut vous aider, vous superviser, et vous protéger du danger.

L’occultisme, comme la religion, peut être quelque chose de joyeux si nous lui permettons d’en être ainsi. Mais si nous la compliquons inutilement avec toutes sortes de choses vraiment stupides, nous n’aurons alors que nous-mêmes à blâmer pour les malheurs qui ne manqueront sûrement pas d’arriver.

Les exercices donnés dans ce livre, et en fait, tous les exercices que je donne, sont sûrs et sains, sauf ceux dont je vous mets en garde, avec une note de dérision significative, pour vous montrer en fait jusqu’où vont certains.

J’espère que vous avez aimé ce livre, et qu’il vous apportera beaucoup d’aide, de satisfaction et de santé.

SERVICE D'ENTRAIDE POUR LES ÉDITEURS

Pendant des années, depuis la parution du "Troisième Oeil", j'ai reçu un courrier considérable et jusqu'à ce jour je me suis toujours appliqué à répondre à chaque lettre. Maintenant, à mon grand regret, ce n'est plus possible ; je suis dans l'impossibilité de répondre à moins que mes correspondants n'envoient des timbres-réponses, ou des coupons-réponses internationaux. Alors je vous en conjure, n'écrivez PLUS à mon Éditeur pour qu'il me fasse suivre le courrier, car je lui ai demandé avec insistance de ne rien m'envoyer.

Les lecteurs oublient trop souvent qu'ils ont payé le prix d'un LIVRE, et NON celui d'un service de conseils gratuit. Le Éditeurs sont des ÉDITEURS, et non des services de renvoi du courrier.

Je reçois des lettres du monde entier, certaines même d'au-delà du Rideau de Fer, mais pas une personne sur mille n'a l'idée d'inclure des timbres pour la réponse, et le prix de cette correspondance devient tellement élevé que je me vois dans l'impossibilité de continuer à répondre.

Les gens posent aussi des questions invraisemblables, me réclament n'importe quoi ! Voici quelques exemples :

J'ai reçu d'Australie une lettre désespérée, qui m'a suivi alors que j'étais en Irlande. L'affaire étant (apparemment) extrêmement urgente, j'ai envoyé à mes frais un câble (télégramme, NdT) en Australie, et je n'ai même pas reçu un petit mot de remerciement.

Un certain monsieur, des États-Unis, m'a écrit une lettre EXIGEANT que j'écrive immédiatement pour lui une thèse et que je la lui fasse parvenir aussitôt par avion. Il voulait s'en servir comme s'il en était l'auteur, afin d'obtenir son Doctorat de Philosophie Orientale. Inutile de dire qu'il n'envoyait pas de coupon-réponse et que sa lettre était presque menaçante !

Un Anglais m'a écrit une lettre très, très hautaine, à la troisième personne, réclamant mes références parce que s'il les trouvait tout à fait satisfaisantes, il envisagerait de devenir mon élève à condition que je ne le fasse pas payer. Autrement dit, c'était un honneur pour moi ! (Je ne crois pas qu'il aurait beaucoup aimé ma réponse, si je lui en avait envoyé une)

Un autre m'a écrit pour me dire que si "mes copains" et moi pouvions descendre du Tibet pour se réunir autour de son lit la nuit, il n'aurait plus peur de voyager dans l'astral.

D'autres gens m'écrivent pour me demander des choses inimaginables, allant des questions les plus ésotériques (auxquelles je puis répondre si le coeur m'en dit) au moyen d'élever des poules, en passant par la meilleure méthode pour garder son mari ! Les gens s'imaginent qu'ils ont le droit de m'écrire tant qu'ils le veulent, et se vexent s'ils ne reçoivent pas de réponse par retour du courrier.

Alors je vous prie instamment de ne PAS déranger mes Éditeurs, car je leur ai demandé de ne pas me faire suivre ce courrier. Pour ceux qui ont réellement besoin d'un secours, d'une réponse (encore que je ne recherche pas ces lettres) ils peuvent écrire à l'adresse

suivante, mais uniquement si leur souci est d'une extrême urgence :

Dr T Lobsang Rampa,
BM/TLR,
London W.C.I., England

Je ne promets pas de vous répondre, et si vous écrivez à cette adresse il vous faudra inclure suffisamment de timbres ou de coupons-réponse internationaux, car ces lettres me seront renvoyées et si elles ne sont pas suffisamment affranchies il me faudra payer le port, ce qui fait que je ne serai pas de très bonne humeur pour vous répondre (T.L.R. nous a quitté en 1981, NdT).

T. Lobsang Rampa

INDEX

INDEX INTERACTIF